રખે વહેમાતા

संशयात्मा विनश्यति....भगवद्गीता

卐

લેખક : પ્રકાશક :

વૈદ્ય માધવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી

સંચાલક

વિશાળ ઔષધ ભંડાર : પાટડી

卐

મૂલ્ય રૂ. ૨-૦-૦

વૈદ્ય બાપાલાલ નરભેરામ શાસ્ત્રીનાં લખેલાં બીજાં પુસ્તકો

૧ અનુભૂત યોગાવલી

ઉપયોગી પ્રયોગોનો સંગ્રહ આ પુસ્તકમાં કરવામાં આવેલો છે. વીશ વર્ષના અનુભવમાં જે ઔષધો—રત્ન જેવાં કોઇ પણ વખતે ગુણથી પાછા ન હઠે એવા—પ્રયોગો ગુરૂપ્રસાદી રૂપે દેશાટનથી મળેલા અને જે અનેક વખત વાપરવાથી ખાત્રી થયેલી, એવા, પિતા પુત્રને પણ ન આપે, અને જે પ્રયોગો બનાવી વૈદ્ય દવાખાનામાં વાપરે તો જશ અને ધનની પ્રાપ્તિ કરાવે, છતાં બનાવવામાં સહેલા, હરકોઇ માણસ બનાવી શકે એવા સો પ્રયોગો આ પુસ્તકમાં આપવામાં આવેલા છે. આ પુસ્તકમાં બતાવેલા પ્રયોગો સોએ સો ટકા ફળિભુત થયેલા છે. કીંમત માત્ર પ્રચાર માટે રૂ. ૦-૮-૦ પોસ્ટેજ ૦-૩-૦ જુદું.

૨ સંતતિ સંયમન

આજકાલ હિંદુસ્તાનમાં સંતતિ વધતી જતી હોઇ તેનો પ્રશ્ન દેશને મુંઝવી રહ્યો છે. માત્ર દશ વરસના ગાળામાં હિંદની વસતિમાં બે કરોડનો વધારો થયો છે. આર્થિક સ્થિતિને તથા સ્ત્રીઓની શારીરિક સ્થિતિને પણ કેટલીક વખત નવી સુવાવડ અને વધુ પ્રજા આફત રૂપ થઇ પડે છે. જેથી કુદરતી રીતે કે કૃત્રિમ રીતે પ્રજા થતી બંધ કરવી એ અત્યારના સંયોગોમાં આવશ્યક છે કે કેમ, એ વિષયના સંબંધમાં ચર્ચા કરી છે. બર્થકંટ્રોલના વનસ્પતિ, વિદેશી અને કુદરતી ઉપાયો બતાવ્યા છે. કીંમત માત્ર રૂ. ૦-૬-૦ પોસ્ટેજ રૂ. ૦-૨-૦ અલગ.

૩ શીતળા

ઉનાળાની ઋતુમાં દરેક દેશમાં શીતળા—બળીયાનો વ્યાધિ ફાટી નીકળે છે અને હજારો બાળકો એ મરજનાં ભોગ બની, દર વરસે સેંકડોની સંખ્યામાં મૃત્યુ પામે છે. અનેક આંખે આંધળાં, પગે લુલાં અને ખોડખાપણવાળાં આ દરદથી બને છે. છતાં જૂની રૂઢીથી આ રોગને રોગ નહિ માનતાં દેવકોપ માની કોઇ પણ જાતનો ઉપાય કરતા નથી, તે બાબત ઉપર અમે આજે દશ વરસથી ખૂબ પ્રયાસ આદર્યો છે અને એના માટે સ્વતંત્ર પુસ્તક લખી, લોકોમાંથી ખોટી અંધશ્રદ્ધા નાબૂદ કરી, યોગ્ય ઉપચાર તરફ વાળ્યા છે. શીતળા નીકળી ગયા પછી રહી જતા કેટલાક વ્યાધિઓમાં અમારા અનુભવી ઉપાયો બનાવીને આ પુસ્તકને અત્યંત ઉપયોગી બનાવ્યું છે. આ પુસ્તક દળદાર અને ઉપયોગી હોવા છતાં પ્રચાર માટે તેની **કીંમત માત્ર રૂ. ૦–૨–૦** રાખી છે. તેમ જ કોઇ પણ પ્રદેશમાં શીતળાનો મરજ ચાલતો હોય અને ત્યાંની જનતામાં વહેંચવા કોઇ સેવાભાવી ઉદારદિલ ગૃહસ્થ વધુ નકલો ખરીદે તો કીંમતમાં એથી પણ ઘટાડો કરવામાં આવે છે. **પોસ્ટેજ એક આનો જુદું સમજવું.**

ચંદ્રોદય એટલે શું ?

આજે આયુર્વેદની અમૂલ્ય વસ્તુ ચંદ્રોદય એ એક વેપારની વસ્તુ બની ગઇ છે; અને એના મોટા નામને લઇ વેપારીઓ તથા વૈદ્યો, બળતી વસ્તુ ચંદ્રોદયના નામે વેચી, અનેકગણો નફો પ્રાપ્ત કરે છે. જનતા માત્ર માને છે કે ચંદ્રોદય (મકરધ્વજ) એ દેશી વૈદકની બહુ ઉમદા બનાવટ છે. પરંતુ સેંકડે ૯૫ ટકા મનુષ્યને ખબર નથી કે એ ચંદ્રોદય કોને કહી શકાય ! એથી ‘ ચંદ્રોદય ’ ઉપર સ્વતંત્ર પુસ્તક લખવામાં આવેલું છે, જેમાં ઉત્તમ ચંદ્રોદય કોને કહી શકાય તે દર્શાવવા ઉપરાંત તે બનાવવા માટે અમારા અનુભવની એવી અસલ

રૂપરેખા દોરી છે કે હરકોઇ માણુસ જાતે ચંદ્રોદય બનાવી શકે. કોઇ પણ જાતની ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય ચંદ્રોદય બનાવવાનો સરલ માર્ગ બતાવનાર આવું પુસ્તક આજસુધી પ્રગટ થયું નથી. **કીંમત માત્ર રૂ. ૦-૪-૦ પોસ્ટેજ સવા આનો જુદું.**

નવદંપતીને !

પરણીને સાસરે જતી નવોઢાના અંતઃકરણમાં, સંસારસાગરમાં ઝંપલાવવાનાં, તેને પાર ઉતરવાના અનેક વિચારો અટવાય છે. સાગરની પરિપાટી ઉપર ડાબી, જમણી બાજુએ નમતું નાવ અને તેથી બેસારૂનાં અંતઃકરણની જે સ્થિતિ હોય છે તેવી રીતે આ નવોઢાના અંતઃકરણમાં વિચારોનાં દ્વંદ્વ જાગૃત હોય છે. એ સંસારમાંથી પાર પામવા માટે અનેક વિકટ પ્રશ્નોનો ઉકેલ આ પુસ્તકમાં બતાવ્યો છે. ભાઇ પરદેશે છે, બ્હેનનાં લગ્ન થાય છે. તેને પત્રો લખી, પતિ પત્નીને સંસારકેડીની લાલ બત્તી ધરી, માર્ગસૂચન કરનાર ભાઇ; તથા પ્રભુતામાં પગલાં માંડવા તૈયાર થતા દિયરને પત્રો લખનાર ભોજાઇ મર્યાદાનું ઉલ્લંઘન કર્યા સિવાય જે ચર્ચા અને ઉપદેશ આપે છે, તે વાચકના મન ઉપર કોઇ જુદી જ છાપ પાડે છે. સુંદર, દળદાર, ટાઇટલ ઉપર ભાવવાહી ચિત્ર સાથે આકર્ષક અને ઉપયોગી આ પુસ્તક બન્યું છે. **કીમત માત્ર રૂા. ૧-૦-૦ પોસ્ટેજ ત્રણ આના જુદું.**

રખે વહેમાતા

संशयात्मा विनश्यति. . . .भगवद्गीता

લેખક અને પ્રકાશક:

વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી

અનુભૂત યોગાવલી : સંતતિસંયમન : શીતળા : ચંદ્રોદય એટલે શું : નવ દંપતિને : પુત્રદા અને પારણું : પૂછ્યું અને કહ્યું : વીણેલાં : બા અને બાળક : વગેરેના લેખક અને

સંચાલક: વિશાળ ઔષધ ભંડાર

પાટડી. (જી. અમદાવાદ)

પાંચમી આવૃત્તિ પ્રત ૧૦૦૦

સંવત ૧૯૯૭ સને ૧૯૪૧.

મૂલ્ય રૂ. ૨-૦-૦

વડોદરા સરકારે પોતાના રાજ્યનાં
પુસ્તકાલયો માટે મંજૂર કર્યું છે.

મુદ્રક : ચંદુલાલ જેઠાલાલ વ્યાસ
મુદ્રણસ્થાન : સ્વાશ્રય મુદ્રણાલય : રાણપુર

અ ર્પ ણ

તે દયાધન પરમાત્માને

જે

સદૈવ સદ્બુદ્ધિ આપી, શુભ-
કાર્ય કરવાની સત્પ્રેરણા કરે છે.

દીનસેવક

વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી.

માનવપ્રભુના ચરણે

(પાંચમી આવૃત્તિ)

'यादशी भावना यस्य सिद्धिर्भवति तादृशी.'

આ સનાતન સૂત્ર 'રખે વહેમાતા'ને માટે નિઃશંક બંધ બેસતું બન્યું છે. પ્રથમ તો આ વિષય 'બહુરૂપી'માં સને ૧૯૩૮-૩૯ નાં વર્ષોમાં લેખમાળા રૂપે પ્રકટ થયો. તે પછી લેખમાળાને પુસ્તકનું સ્વરૂપ પ્રાપ્ત થયું એ વેળાએ એવી ઇચ્છા હતી કે આ પુસ્તક ગૃહે ગૃહે પહોંચી જાય, અને માનવપ્રભુઓ શરીરસંરક્ષણમાં સ્વાવલંબી બને.

મારી એ ભાવના હતી. એ ભાવના પૂર્ણપણે ફળિભૂત થતી અત્યારે હું જોઉં છું. 'રખે વહેમાતા'ની એક પછી એક આવૃત્તિ પ્રકટ થતી જાય છે અને તે ચપો-ચપ ઉપડતી જાય છે. પહેલી આવૃત્તિ સને ૧૯૩૯ના માર્ચ માસમાં પ્રકટ થઇ હતી. તેની ચોથી આવૃત્તિ સને ૧૯૪૦ના મે માસમાં પ્રકટ થઇ હતી. એ ખલાસ થઇ જતાં કેટલાય સમયથી તેની માગણી રહ્યા કરતી હોઇ આ પાંચમી આવૃત્તિ સને ૧૯૪૧ના એપ્રિલ માસમાં પ્રકટ થાય છે. એ શાને લીધે? આ પુસ્તકમાં સાદી અને સરસ ભાષામાં આરોગ્ય સંબંધી દર્શાવેલા સચોટ અને માર્ગદર્શક વિચારોને જ તે આભારી છે. વળી એ ઉપરાંત 'રખે વહેમાતા'ના ગુણજ્ઞ તથા સારાસારનો વિવેક સમજનારા સુચતુર વાચકોએ પણ આ પુસ્તકને અપનાવી, તેનો પ્રચાર વધારવામાં સરસ ફાળો આપ્યો છે.

રખે કોઇ સમજે કે હું આત્મશ્લાઘા કરૂં છું. મારી કલમથી મારે 'રખે વહેમાતા'ની પ્રશંસા કરવી તેમાં કશો અર્થ પણ નથી. મેં તો માનવહંસોના ચરણે આ ગ્રંથ ધર્યો છે. એ માનવહંસો

નીર–ક્ષીરનો વિવેક સમજે છે, અને તેથી જ એ માનવહંસોએ આ ગ્રંથને પોતાની પાંખ ઉપર લઇ, ગગનવિહાર કરી, દૂર દૂર દેશાવરો (આફ્રિકા, અરબસ્તાન, ઇરાન, બલુચીસ્તાન, બ્રહ્મદેશ, સીલોન, સીંગાપોર, જાપાન, ફ્રાન્સ, ઇંગ્લાંડ) સુધી લઇ જઇ, એને વહેતું વાંગ્મય બનાવ્યું છે. હિંદી, અંગ્રેજી, મરાઠી આદિ ભાષાઓમાં આ ગ્રંથનું ભાષાંતર કરવાની પરવાનગી મેળવવા માટેની માગણી થઇ છે. વિદ્વાન વિવેચકોએ તેને પ્રશંસ્યું છે. વડોદરા રાજ્યે તેને પુસ્તકાલયો માટે મંજૂર કર્યું છે.

એટલાથી જ માત્ર મને સંતોષ મળ્યો છે એમ ન માનશો. તેમાં બતાવેલાં ઔષધો તૈયાર કરી, તેનો ઉપયોગ કર્યા પછી અનેક વૈદ્યમંડળો, સાક્ષરો, વકીલ–બારીસ્ટરો, ન્યાયાધીશો, જુદી જુદી સંસ્થાના સંચાલકો તથા દેશનેતાઓ તરફથી આ ગ્રંથની પ્રશંસાનાં પુષ્પો પ્રાપ્ત થયાં છે. એક સંમાનનીય દેશનેતા એક પ્રતિષ્ઠિત અને ધરખમ સંસ્થા તરફથી આ ગ્રંથની પચીશથી પચાશ હજાર નકલ છપાવી તેની લહાણી કરવાની ઇચ્છા વ્યક્ત કરે છે. આ બધું જોઇ મને એક પ્રકારનો અનિર્વચનીય આત્મસંતોષ ઉપજે છે. 'રખે વહેમાતા'ને આ રીતે અપનાવી, તેમાં ભરેલા મારા અંતરના નિર્મળ ઉદ્‌ગારો–વિચારોને પિછાનવા, તેની કદર કરવા માટે તે સર્વ મહાનુભાવોનો હું હૃદયપૂર્વક ધન્યવાદ કરું છું.

અત્યાર સુધી આ પુસ્તકની કીમત દોઢ રૂપિયો રાખવામાં આવી હતી. તેના પોસ્ટેજના ચાર આના થાય છે. એટલે ગ્રાહકોને પોણા-બે રૂપિયામાં પુસ્તક મળતું. પરંતુ અત્યારે આખી દુનિયામાં વ્યાપી રહેલા યુદ્ધને કારણે કાગળો, પુંઠાં, છપાઇ, બંધાઇ, વગેરેના ભાવ અતિભારે વધી ગયા છે. આ બધાં કારણોને લઇને આ પાંચમી આવૃત્તિથી બે રૂપિયા મૂલ્ય રાખ્યું છે. તે મૂલ્યની અંદર જ પોસ્ટેજનો સમાવેશ થઇ જાય છે. એટલે દેશાવરમાંથી મગાવનારને પૈસ બેઠાં

આ ગ્રંથ બે રૂપિયામાં મળી શકશે. પરદેશના ગ્રાહકોએ વધારાના પોસ્ટેજ પૂરતા ચાર આના વધુ આપવા પડશે. લગભગ પોણુાપાંચસે પૃષ્ઠના આ પુસ્તકના બે રૂપિયા વધારે તો ન જ ગણાય. અને આટલું છતાં પણ આ ગ્રંથના વેચાણમાંથી કશો નફો રહેવાની આશા છે જ નહિ. માત્ર માનવસેવા અને સાચા જ્ઞાનનો પ્રચાર એ જ મારે મન મોટામાં મોટો નફો છે.

બુદ્ધિમાન, વિદ્વાન, સાહિત્યરસિક અને ગુણગ્રાહી વાચક બંધુ-ભગિની પાસે માત્ર એક જ માગણી છે. પોતે આ પુસ્તક વાંચી જાય અને બીજાને વાંચવા આપે, અને વધારે નહિ તો તેમના એકાદ સન્મિત્રને પણ આ પુસ્તક ખરીદવા-ગૃહમાં વસાવવા ભલામણ કરે.

આ પુસ્તકમાં સમાવેલા વિષયોમાં વધારો કરવાથી કદ મોટું થઇ જાય તેમ છે. હું જાણું છું કે કેટલાક વ્યાધિઓ જે સમાજને ખૂબ સતાવી રહ્યા છે તેના સંબંધમાં અહીં ઉલ્લેખ થઇ શક્યો નથી. કોઇ કોઇ વિષયો ટુંકાણમાં પતાવ્યા છે. એવા વ્યાધિઓ માટે પરમકૃપાળુ પરમાત્માની પ્રેરણા થશે તો 'રખે વહેમાતા'-ભાગ ૨જો માનવ-પ્રભુને ચરણે રજૂ કરીશ. કયારે? એ તો કેમ કહેવાય? માનવીના વિચારને સક્રિય બનાવવા પાછળ તો ઇશ્વરી સંકેત જ રહેલો હોય છે.

'**शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्.**' શરીર એ ધર્મ, અર્થ, કામ મોક્ષ એ ચારે પુરૂષાર્થને સિદ્ધ કરવાનું સાધન છે. એ શરીરને વિશુદ્ધ, નીરોગી, અને 'કંચનવરણી કાયા' રૂપ બનાવવાની ઝંખના રાખી રહેલા વ્યાધિગ્રસ્ત માનવીઓને આ ગ્રંથ 'ગીતા' સમાન છે. 'ભગવદ્ગીતા'થી વૈકુંઠ મળે છે. 'રખે વહેમાતા'થી તન્દુરસ્તી સાંપડે છે. માટે તન્દુરસ્તીનો જીવનમંત્ર ઉચ્ચારતા 'રખે વહેમાતા'ને ઘરોઘર પ્રસરાવો, વહેવડાવો, બહેલાવો-એ સર્વ આપના જ હાથમાં છે.

પાટડી	**માનવપ્રભુનો નમ્ર સેવક**
હનુમાન જયંતી: સં. ૧૯૯૭	**વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી**

૨૨૯૫૫

એક વિહંગાવલોકન

'રખે રહેમાતા' એ લેખમાળાને પુસ્તકરૂપે પ્રગટ કરાવી 'બહુરૂપી'ના તંત્રીશ્રીએ આયુર્વેદના એક ઉત્તમ કોટિના પ્રકાશનને જનતા—જનાર્દનની સેવામાં અર્પણ કર્યું છે. સાથે સાથે એ લેખમાળાને સાદી લોકભોગ્ય ભાષામાં પ્રવાહિત કરવાની તત્પરતા માટે તેના વિદ્વાન લેખકને પણ અનેક ધન્યવાદ ઘટે છે.

'રખે વહેમાતા'ની સાહિત્યસરિતામાંથી અનેક રુગ્ણ હૃદયોએ રસાસ્વાદ કરી અમૂલ્ય આશ્વાસન મેળવ્યું હશે. અનેક સદ્વૈદ્યોને તેમાંથી ઉપચારપદ્ધતિની નવીન છાયાઓ સાંપડી હશે. અનેક કુટુંબોએ એ લેખમાળામાંથી વિવિધ વ્યાધિઓ માટે અનેક પ્રકારનાં સૂચનો મેળવ્યાં હશે. તેમ જ 'ફલાણાનો ફલાણો વ્યાધિ તો 'રખે વહેમાતા'ના અમુક લેખમાં વર્ણવ્યા મુજબનો જ છે, માટે એમાં આપેલા ઉપચારો અજમાવી તો જુઓ!' એમ કહેતાં ઘણાને સાંભળ્યા હશે. છતાં એ લેખમાળાની કિંમત એટલામાં નથી. એનું મૂલ્યાંકન અન્ય દૃષ્ટિએ પણ કરવું જરૂરી છે.

આજકાલ વિશુદ્ધ આયુર્વેદને વેગ મળે તેવું નિર્ભેળ સાહિત્ય ગુજરાતભરમાં સાંપડવું મુશ્કેલ થઈ પડયું છે. વિરલ પ્રકાશનો અવારનવાર થયાં કરે છે, પરંતુ તેથી ગુજરાતમાં સાહિત્યની ખોટ પુરાતી નથી. બાકી સામાન્ય વૈદકીય સાહિત્યની દૃષ્ટિએ આધુનિક પ્રકાશનોમાં મૌલિક તત્ત્વ ઓછું જ નજરે પડે છે. આજે જે સાહિત્ય કેળવાયલા અને બિનકેળવાયલા વાચક સમક્ષ આરોગ્ય અને ઉપચારના નામે મૂકવામાં આવે છે તે કેવળ પશ્ચિમની વિચારસરણીથી સાંગોપાંગ ભરપૂર છે. કેવળ ઉછીનું આણેલું, તરજુમીઆ સાહિત્ય

આજે વૈદકીય જગતમાં શિષ્ટ સાહિત્ય તરીકે પ્રવેશ પામ્યું છે. આયુર્વેદની વિચારસરણીથી કેવળ ઉલટી દિશામાં આજનો સાહિત્ય-પ્રચાર પગભર બન્યો છે. દોષ કોને દેવો ? પ્રકાશકોને કે લેખકોને ?

પ્રકાશક ઘણું કરીને બે દૃષ્ટિબિન્દુઓથી પ્રેરાઇ પોતાનાં પ્રકાશનો જનતા સમક્ષ મૂકે છે: એક તો ગ્રામ્યઆરોગ્યનો પ્રશ્ન દેશને મુંઝવી રહ્યો છે, માટે તે દિશામાં સસ્તા સાહિત્યનો પ્રચાર કરી જનતાની સેવા કરવી; અને સાથે સાથે નવીન દિશામાં જનતાની અભિરૂચિ કેળવી પ્રકાશનો માટે નવીન ક્ષેત્ર ઉભું કરવું. પ્રચારની આ દૃષ્ટિએ પાશ્ચાત્ય વૈદકીય સાહિત્યસરણીને પાછલાં પાંચ વર્ષમાં ઉત્તરોત્તર અધિક વેગ મળી રહ્યો છે. પરિણામે જનતામાં આયુર્વેદના સિદ્ધાન્તો પ્રતિ ઉપેક્ષા વધતી ચાલી છે અને એનો પડઘો પાશ્ચાત્ય ચિકિત્સાને લોકપ્રિય બનાવવામાં પડતો જાય છે.

આવી એક નિરાશાજનક પળે 'બહુરૂપી'એ 'રખે વહેમાતા'ની લેખમાળાને પ્રસિદ્ધિમાં મુકવાનું સાહસ કરીને સામાન્ય જનતાની રસવૃત્તિને એક સુયોગ્ય દિશામાં પલટો આપ્યો છે. રત્નોને શોધવાં એ ઝવેરીનુ કર્તવ્ય છે. **न रत्न मन्विष्यते मृग्यते हितत्** । એ મહા કવિ કાળીદાસના સુભાષિતને સેવાભાવી પ્રકાશકોએ અપનાવવું ઘટે છે. સુયોગ્ય લેખકોને શોધીને પ્રકાશમાં મૂકવામાં પ્રકાશનની અને પ્રકાશકની સાચી કિંમત છે. **योजकस्तत्र दुर्लभ** । 'યોજના કરનાર જવલ્લે જ મળે છે.' એ કહેવત ઘણે અંશે સાચી છે. આ દૃષ્ટિએ પણ 'બહુરૂપી'ના તંત્રીશ્રીને અમારા ધન્યવાદ છે. વૈદ્યરાજ જાદવજીભાઇની પ્રસ્તુત લેખમાળાને યોગ્ય પ્રકાશક ન મળ્યા હોત તો આયુર્વેદનાં અણુમોલાં રત્નોથી ઝળાંઝળાં થઇ રહેતી એ રત્નાવલિ આટલી વહેલી અને આટલી વિશાળ 'લોકભોગ્ય' ન બની શકી હોત. આવા સાહિત્યની ગુજરાતને જરૂર છે. આ જરૂર ચીરકાળ સુધી રહેવાની છે. આ પ્રકારની ઉણપ ઓછી કરવાના એક નમ્ર પ્રયત્નમાં પ્રોત્સાહક ભાઇ શ્રી ચંદુલાલ

જેઠાલાલ વ્યાસે પોતાના સુપુત્રના અકાળ અવસાનના વિકટ પ્રસંગોમાંથી પસાર થવાની અણીની વેળાએ પણ 'રખે વહેમાતા'ના પ્રવાહને અસ્ખલિત પુસ્તક રૂપે સંગ્રહ્યો છે તેને માટે પ્રસ્તુત પ્રકાશન વધુ સ્પૃહણીય બન્યું છે.

'રખે વહેમાતા'ની લેખમાળા સર્વાંગસુંદર છે. લેખકે આયુર્વેદની મર્યાદા જરાએ ઉલ્લંઘી નથી. દુષ્ય દોષની ચિકિત્સાના મર્મો સારી પેઠે સમજી લેખકે કલમ ઉપાડી છે. ચિકિત્સાની દૃષ્ટિએ કેવળ તે વિષયનું જ્ઞાન જ બસ નથી; ચિકિત્સક માત્ર જ્ઞાની અને કુશાગ્રબુદ્ધિનો હોય તો તે બસ નથી. તે જ્ઞાની, બુદ્ધિમાન, ઉપરાંત આયુર્વેદનો મર્મજ્ઞ–તત્વને જાણનાર હોય તો પણ તે પૂરતું નથી; દરદી કાંઇ એકલા જ્ઞાનથી રીઝાતો નથી, કેવળ બુદ્ધિમાન વૈદ્યથી તેને સંતોષ થતો નથી; આયુર્વેદના મર્મને જાણનાર વિદ્વાનના સાનિધ્ય માત્રથી જ તેને શાન્તિ મળતી નથી; દરદી તો તેને મુંઝવતાં અનેક અકથ્ય ચિહ્નોને સહજમાં સમજી જનાર, તેના હૈયામાં પેસી, તેના હૈયાની વાત પલકવારમાં પિછાની જનાર, તેના માનસને સુયોગ્ય રીતે સમજનાર, અનુભવી અને વિદ્વાન વૈદ્યની ઝંખના કરે છે. તેનો મનોભાવ સમજી શકનાર સદ્વૈદ્ય સફળતા પામે છે.

ભગવાન ચરક કહે છે કે, 'જ્ઞાન અને બુદ્ધિરૂપી ઝળહળતી જ્યોતિ વડે આયુર્વેદના મર્મોને જાણનાર સદ્વૈદ્ય જો રોગીના અંતરાત્મામાં પ્રવેશીને વ્યાધિનાં સૂક્ષ્મ કારણોને શોધવાનો પ્રયત્ન કરતો નથી તો તે વ્યાધિની ચિકિત્સા યોગ્ય રીતે કરી શકતો નથી.' *

'રખે વહેમાતા'ના લેખક દરદીના મનોભાવને સમજવા–સમજાવવા પ્રયત્ન કરે છે. વાતચીતમાં દરદીના સંબંધીઓને સંતોષી અનુકૂળ વાતાવરણની જમાવટ કરે છે. આયુર્વેદનાં મૌલિક ધોરણોની

---

* ज्ञानबुद्धि प्रदीपेन योनाविशति तत्त्ववित् ।
आतुर स्यान्तरात्मानं न स रोगांश्चिकित्स्यति ॥

વખતોવખત ચર્ચા કરી–આયુર્વેદને અન્ય 'પથી'ઓની દૃષ્ટિએ ચર્ચી દરદી અને તેના ઉપચારકોનાં હૃદયોને પોતાના એ અર્થવાદથી જીતી લઇ, 'શ્રદ્ધા'ના તત્ત્વને સબળ બનાવે છે. આ રીતે આયુર્વેદ તરફ ભાવ ઉત્પન્ન કરી, દરદીના હૃદયમાં વૈદ્ય તરિકે પોતાનું સ્થાન લે છે. એટલું જ નહિ, પરંતુ તેઓ ' જ્ઞાનબુદ્ધિ પ્રદીપ ' વડે દરદીના અંતરાત્મામાં પ્રવેશીને આશાનો પ્રકાશ ફેલાવે છે. આ દિશામાં લેખક સિદ્ધહસ્ત છે એમ સમજાય છે.

સાથે સાથે એક મહત્ત્વની વસ્તુ:તરફ જીજ્ઞાસુઓનું લક્ષ ખેંચવું જ રહ્યું. ' રખે વહેમાતા'ના લેખક 'ચરી', 'પથ્ય' ઉપર વખતોવખત ભાર મૂકે છે. એ વસ્તુ વિચારણીય છે. પિંડ અને બ્રહ્માંડ બન્નેય પંચ મહાભૂતોનાં બનેલાં છે. પિંડ અને બ્રહ્માંડનાં સર્વ ઘટક દ્રવ્યો પંચભૂતાત્મક છે.

આકાશ, વાયુ, અગ્નિ, જળ અને પૃથ્વી એ પંચમહાભૂતો છે. પંચભૂતાત્મક માનવપિંડમાં જે મહાભૂતો વધ્યાં હોય તેને ઘટાડવાં અને ઘટયાં હોય તેને વધારવાં, અને એ રીતે ભૌતિક દેહનાં પંચભૂતાત્મક દ્રવ્યોની સમતા જાળવવી એ આરોગ્યનો મૌલિક સિદ્ધાન્ત છે. '**વધ્યાં ઘટયાં તેને કરવા બરાબર**' **એ આયુર્વેદનું રહસ્ય સૂત્ર છે!** દ્રવ્ય માત્ર પંચભૂતાત્મક છે અને વિવિધ દ્રવ્યોમાં મીઠા, ખાટા, તુરા, ખારા, તીખા અને કડવા એ છ રસો જોવામાં આવે છે.

પૃથ્વી અને જળ તત્ત્વના અધિકાંશથી મીઠો રસ બને છે.

પૃથ્વી અને અગ્નિ	તત્ત્વના	”	ખાટો	”	”
પૃથ્વી અને વાયુ	તત્ત્વના	”	તુરો	”	”
જળ અને અગ્નિ	તત્ત્વના	”	ખારો	”	”
અગ્નિ અને વાયુ	તત્ત્વના	”	તીખો	”	”
આકાશ અને વાયુ	તત્ત્વના	”	કડવો	”	”

ખાટા, ખારા અને તીખા રસોથી પિત્ત પ્રકોપે છે.
મીઠા, ખાટા અને ખારા રસોથી કફ પ્રકોપે છે.
તીખા, તુરા અને કડવા રસોથી વાયુ પ્રકોપે છે.
કડવા, તીખા અને તુરા રસોથી કફની શાન્તિ થાય છે.
મીઠા, ખાટા અને ખારા રસોથી વાયુની શાન્તિ થાય છે.
તુરા, કડવા અને મધુર રસોથી પિત્તની શાન્તિ થાય છે.

પૃથ્વીતત્ત્વ અને જલતત્ત્વપ્રધાન 'કફ' છે. કફ પાર્થિવ અને જલીય દ્રવ્ય છે. માટે કફની વૃદ્ધિમાં પૃથ્વીતત્ત્વ અને જલતત્ત્વના અધિકાંશથી બનેલા મીઠા, ખાટા અને ખારા રસો ત્યજવા યોગ્ય છે.

અગ્નિતત્ત્વ એ સ્વયં 'પિત્ત' છે. પિત્ત એ આગ્નેય છે. માટે પિત્તની વૃદ્ધિમાં અગ્નિતત્ત્વપ્રધાન ખાટા, ખારા અને તીખા રસોને ભોજનમાંથી બાતલ રાખવા જ હિતાવહ છે.

આકાશ અને વાયુપ્રધાન 'વાત' દોષ હોય છે. માટે આકાશ અને વાયુપ્રધાન તીખા તુરા અને કડવા રસોને વાયુના પ્રકોપમાં ન જ લેવા ઇષ્ટ છે.

કફની વૃદ્ધિમાં કડવા, તીખા અને તુરા રસો વાપરવાથી કફ શમે છે. પિત્તપ્રધાન વ્યાધિમાં તુરા, કડવા અને મધુર રસવાળાં દ્રવ્યો જ માફક આવે છે. વાત પ્રધાન પરિસ્થિતિમાં મીઠા, ખાટા અને ખારા રસો ઠીક પડે છે, વાતદોષ એથી શમે છે.

ભગવાન ચરક કહે છે કે 'જે વૈદ્ય રસોના વિકલ્પોને જાણે છે, દોષોના વિકલ્પોને પણ પિછાને છે, તે વૈદ્ય વિકારોનાં ચિહ્નો સાથે તેનાં મૂળભૂત કારણોને દૂર કરવામાં મુંઝાતો નથી.' *

દોષોને પ્રકોપાવનાર રસોને આહારમાંથી દૂર રાખવા અને દોષોને શાન્ત કરનાર રસોવાળા આહારોને સેવવા એ જ પથ્યાપથ્યનું સૂક્ષ્મ રહસ્ય છે. ચરીનો સિદ્ધાંત અમલમાં મૂકવો એટલે કુદરતી જીવન બનાવવું–નિઃસર્ગને અનુસરવું.

---

* **यः स्याद्रसविकल्पज्ञः स्याच्च दोषविकल्पवित् ।**
न स मुह्येद्विकाराणां हेतुलिङ्गोपशान्तिषु ॥-चरक

'રખે વહેમાતા'ના સંબંધમાં એક વધુ વસ્તુનો સ્પષ્ટ નિર્દેશ કરવો ઘટે છે. પ્રસ્તુત પુસ્તક કેવળ વિશુદ્ધ આયુર્વેદના એક અનન્ય ઉપાસકને હાથે લખાયેલું છે. તેમાં પાશ્ચાત્ય શસ્ત્રક્રિયા અને પ્રસૂતિતંત્ર સામે ક્વચિત્ ક્વચિત્ પુણ્યપ્રકોપ નજરે પડે છે. આ પુણ્યપ્રકોપના આવેશમાં શસ્ત્રક્રિયાને લેખક ક્વચિત્ ગૌણ સ્થાન આપે છે. લેખક એટલે સુધી કહેવાને તૈયાર છે કે આયુર્વેદ સમસ્ત શસ્ત્રસાધ્ય મનાતાં દરદોને પણ કેવળ દવાઓથી મટાડી શકે છે. સાથે સાથે પ્રસૂતિતંત્રને અંગે પણ આપણી દેશી દાયણોની કળા પર્યાપ્ત છે એમ તેઓ માને છે. લેખકના આ અર્થવાદનો અનર્થ ન થાય તે માટે એ દૃષ્ટિબિન્દુ વધુ વિશદ કરવું ઉચિત લાગે છે.

શલ્ય શાલાક્ય (Surgery) અને પ્રસૂતિતંત્ર (Midwifery) એ બન્નેય અષ્ટાંગ આયુર્વેદનાં મહત્ત્વનાં અંગો છે. આ અંગો આયુર્વેદની સિદ્ધાંતસરણી મુજબ હજીએ વિકસવાં જોઇએ. પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનની સહાયની જ્યાં જ્યાં જરૂર પડે ત્યાં ત્યાં તેને જેમનું તેમ ન લઈ લેતાં તેને આયુર્વેદની સિદ્ધાંતસરણીની દૃષ્ટિએ પચાવી લેવું ઘટે છે. પ્રસૂતિતંત્ર સંબંધે પણ તેમ જ છે. શવચ્છેદનના અનુભવપૂર્વક સંપૂર્ણ શરીરવિજ્ઞાન અને ધાતુ તેમ જ ત્રિદોષવિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ દિન પ્રતિદિન પ્રગતિશીલ આયુર્વેદ પોતાનું યોગ્ય પદ પ્રાપ્ત કરે એ આયુર્વેદના ઉપાસકોએ હરહમેશ લક્ષમાં રાખવું ઘટે છે. લેખકનો પુણ્યપ્રકોપ એવા પ્રકારના શસ્ત્રકર્મ સામે છે કે જેમાં અંગવિચ્છેદ (Amputations)ની સલાહ અપાઇ ચુકાએલાં દરદો પણ આયુર્વેદના સાદા ઉપચારોથી મટાડી શકાતાં હોવાનાં પ્રમાણો મોજુદ હોય. પ્રસૂતિતંત્રમાં પ્રસવદ્વારની આસપાસના અસ્થિગોલકની સંકોડાશને લીધે જ્યાં સીધો પ્રસવ કરાવી જ શકાતો નથી, ત્યાં આયુર્વેદ-દૃષ્ટિ પણ શસ્ત્રક્રિયાની જ ભલામણ કરશે. આ દિશામાં પણ દેશી દાયણોની પ્રસૂતિકળા સામે દિન પ્રતિદિન થતી ઉપેક્ષા તરફ લેખકનો કટાક્ષ છે. પાશ્ચાત્ય પદ્ધતિથી શીખેલી દાયણો ખર્ચાળ હોય છે.

ગ્રામ્યજનતાની સેવામાં ખર્ચાળ પદ્ધતિ બિલકુલ નભી શકશે નહિ. દેશી દાયણોને આયુર્વેદની દૃષ્ટિએ સહજ કેળવી લેવામાં આવે, તેમના સ્વચ્છતા અને આરોગ્યના મૌલિક ખ્યાલોમાં યોગ્ય પરિવર્તનપૂર્વક તેમને પ્રસૂતિતંત્રની જરૂરી સાદી સમજ આપવામાં આવે અને દેશી દાયણોમાંથી વધુ ગ્રાહકશક્તિવાળી દાયણોને શસ્ત્રક્રિયા સંબંધી જરૂરના પ્રસંગે સંપૂર્ણ સહાયક બનવા સુધીનું શિક્ષણ આપવામાં આવે, તો પાશ્ચાત્ય પદ્ધતિથી શીખેલી દાયણો કરતાં દેશી પદ્ધતિએ શીખેલી દાયણો ગ્રામ્યજનતાને વધુ સસ્તી અને સહાયક થઇ પડશે. આ દૃષ્ટિએ અમે લેખક મહાશયનો પ્રસૂતિતંત્ર સામેનો પુણ્યપ્રકોપ યોગ્ય છે એમ માનીએ છીએ.

સત્ય અને જ્ઞાનનો ઇજારો નથી. જ્ઞાનનો સંગ્રહ સમુચિત રીતે કરવો ઘટે છે—આર્ય જ્યોતિઃશાસ્ત્રે તેમ કર્યું છે, આયુર્વેદે પણ તેમ કર્યું છે—છતાં પોતાના સિદ્ધાન્તોની દૃષ્ટિએ નવ્યજ્ઞાન અનુકૂળ રીતે પચાવીને જ લીધું છે.

અંતમાં આયુર્વેદના પંચમહાભૂત અને ત્રિદોષનાં તત્ત્વો ઉપર રચાએલા નિદાન-ચિકિત્સાના ભવ્ય સિદ્ધાંતોની અનેક શાસ્ત્રીય વિચારણાઓમાં વધારે ન ઉતરતાં અમે દિગ્દર્શન માત્રથી આયુર્વેદના મૌલિક સિદ્ધાંતોની દિશામાં જીજ્ઞાસુ વાચકોને વિચરવાનું સૂચવી, એક વાર ફરીથી 'રખે વ્હેમાતા' એ પુસ્તકના સહૃદય અને સેવાભાવી લેખક-પ્રકાશક મહોદયને પ્રથમ આવૃત્તિના અગાઉથી ગ્રાહક થનારને આઠ આના જેટલી અને પાછળથી સવા રૂપીયા જેટલી સસ્તી કિંમતે આટલું ઉપયોગી વાચન આપવા માટે ધન્યવાદ આપી વિરમીશું.

આયુર્વેદ મહાવિદ્યાલય નડિયાદ તા. ૨૫-૧-૨૯ વસંતપંચમી	ભવદીય સેવક વૈદ્યરાજ સુંદરલાલ નાથાલાલ જોષી, પ્રમુખ—મહાગુજરાત આયુર્વેદિક મેડિકલ સોસાઇટી અને વિદ્યાપીઠ—નડિયાદ.

અ • નુ • ક્ર • મ • ણિ • કા

પ્રવેશક

'શંકા એ સંકટનું કારણ છે.' એ કહેવત અત્યંત પ્રચલિત છે, અને તેટલી જ અનુભવસિદ્ધ પણ છે. આજકાલ જે જાત જાતનાં સંકટો માનવીઓને અનેક રીતે ત્રાસ પમાડી રહ્યાં છે તેનું મૂળ તપાસીએ તો સાચી યા ખોટી રીતે મનમાં ઉદ્‌ભવેલી વિધવિધ પ્રકારની શંકા જ એ સંકટના કારણરૂપે ભાસ્યા વગર રહેશે નહિ.

અત્યારે માત્ર ભારતવર્ષમાં જ નહિ, પરંતુ આખા જગતભરમાં એક નવીન ભય ઉપસ્થિત થયેલો જોવામાં આવે છે. ઘણા અનુભવી ડૉક્ટરો અને વૈદ્યો એવી ફરિયાદ કરે છે કે હમણાં હમણાં સર્વત્ર જ્ઞાનતંતુને લગતાં દરદો વધી પડ્યાં છે. એવા દરદીનાં જ્ઞાનતંતુ નબળા પડી જાય છે, તેની મગજશક્તિ ક્ષીણ થઇ જાય છે, તેનું મનોબળ ઘટી જાય છે, એથી તેના શરીરનાં અન્ય અવયવો પણ પોતપોતાનું કાર્ય યથાર્થ રીતે કરી શકતાં નહિ હોવાથી શારિરિક નિર્બળતા વધે છે, જુદાં જુદાં વિચિત્ર લક્ષણો દેખાય કિંવા અનુભવાય છે. એથી નિર્બળ બનેલ મનવાળા માનવીના મગજમાં અર્થહીન કલ્પનાઓ, કુતર્કો અને અનિષ્ટ શંકાઓ પેદા થવા લાગે છે, જેનું કશું પણ ઔષધ ન થઇ શકે એવો વહેમ ઘર કરી બેસે છે, અને પછી તો કેવળ શંકા યા વહેમને કારણે હતાશ બનેલે

માનવી પોતે કલ્પના પણ કરી ન હોય એવા દરદથી ગ્રસ્ત બનીને તન, મન અને ધન–ત્રણે પ્રકારે નીચોવાઇ જાય છે.

આ સ્થિતિ માનવજાતિને માટે અત્યંત દુઃસહ્ય છે, તેની પ્રગતિનો અવરોધ કરનારી છે. એનું સાચું જ્ઞાન આપણને થયું હોય, આપણે સમજતા હોઇએ, તો પણ જ્યાંસુધી આપણા મનમાંથી એ વિષેનો વહેમ દૂર ન થાય ત્યાંસુધી આપણે મનોબળને મજબૂત બનાવવાનો, ટકાવી રાખવાનો પ્રયત્ન કરતાં છતાં, એ વહેમને અંગે ઉપસ્થિત થતાં સંકટો સહન કર્યા કરીએ છીએ. એમાંથી મુક્તિ મેળવવી, મુક્તિ અપાવવામાં અને તેટલા ઉપયોગી થવું, એ દરેક માનવીનું મુખ્ય કર્તવ્ય મનાવું જોઇએ.

હું પોતે પણ અમુક અંશે એ પ્રકારના જ્ઞાનતંતુની નિર્બળતાનો ભોગ બનેલો દરદી છું, એ વાતનો સ્વીકાર કરવામાં મને સંકોચ થતો નથી. અને તેની અસર મારા મન તથા તન બંને ઉપર થયા વિના રહી ન હતી એ પણ મારે સ્વીકારી લેવું જ જોઇએ. તથાપિ મારા મનને નિર્બળ નહિ બનવા દેવા માટે મેં માનસિક, શારીરિક–આધ્યાત્મિક અને આધિભૌતિક આવશ્યક ઉપચારો કર્યા હતા અને તેને પરિણામે જ મારૂં માનસિક અને શારીરિક આરોગ્ય હું પૂર્ણપણે ટકાવી શકયો છું.

સામાન્ય રીતે જોઇએ તો મનુષ્ય માત્ર આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિથી ઘેરાયેલો જોવામાં આવે છે; તથાપિ તેની અસર તેના મન ઉપર ન થાય અને તેમાંથી તે મુક્તિ મેળવી શકે એ માટે તેણે પોતાના મનને મજબૂત અને બળવાન બનાવવું જોઇએ; ખોટી શંકા અને નિરર્થક વહેમ મન કે મગજ પર કશી અસર કરવા ન પામે તે માટે તૈયાર થવું જોઇએ. એ પ્રકારની તેની તૈયારી હોય તો તે આધિ, વ્યાધિ, અને ઉપાધિ સામે જરૂર રક્ષણ મેળવી શકે.

આ વિષયમાં મારા પરમ મિત્ર વૈદ્યરાજ જાદવજીભાઈ સાથે એક વાર ચર્ચા થયેલી. સને ૧૯૩૭ના ઑક્ટોબર માસની આખરનો દિવસ હતો. હું અમદાવાદ ગયેલો. તે પણ અમદાવાદ આવેલા. અમુક શંકા તેમના મન પર કાબૂ મેળવવાનો યત્ન કરી રહી હતી. તેમણે મને એ હકીકત જણાવી. મેં તેમની એ શંકાના નિરસન માટે મારાથી બનતો યત્ન કર્યો. છતાં તત્કાળ ધારી અસર ન થઈ. મેં થોડા સમયને માટે રાણપુર મારી પાસે આવવા તથા માનસિક આરામ મેળવવા તેમને વિનતિ કરી.

એકાદ મહિના પછી તેઓ રાણપુર આવ્યા. વીશેક દિવસ અમે સાથે રહ્યા. તે દરમ્યાન અમારી વચ્ચે આ વિષયમાં ચર્ચા થતી. માણસના મનમાં ઉપજતી શંકા, વહેમ, એથી થતા તર્કવિતર્કો, અને વળી એથી અવનવાં ઉદ્‌ભવતાં દરદો, વગેરેના સંબંધમાં અમે ચર્ચા કરતા. તેમાં કેવળ શંકાના કારણે હેરાન–પરેશાન થતા અનેક દરદીઓની માનસિક, શારીરિક સ્થિતિના દૃષ્ટાંતો વૈદ્યરાજ આપતા. એ અરસામાં મારા કેટલાક વાચક–મિત્રોના પત્રો પણ આવતા. તેમાં તેઓ પોતાની શારીરિક અને માનસિક મુંઝવણની વાતો લખતા. એ ઉપરથી મને વિચાર આવેલો કે વહેમના વમળમાં અટવાયેલા માનવીઓને તેમની શારીરિક મુંઝવણ પૂરતા સાચા રાહપર ચડાવવાને માટે 'બહુરૂપી' દ્વારા કોઈ યત્ન થઈ શકે તો તે રીતે પણ જનતા–નારાયણની અમોલી સેવા કરી ગણાય. એથી એક દિવસ વૈદ્યરાજ સાથેની વાતમાં મેં તેમને જનતાના દિલમાંથી ખોટા વહેમને ટાળે એવી વિગતો સાથે નીરોગી રાખવાને માટે સાચો, સરલ અને સસ્તો માર્ગ દર્શાવતી લેખમાળા 'બહુરૂપી'માં શરૂ કરવાની વિનતિ કરી. વૈદ્યરાજે તેનો સ્વીકાર કર્યો. એ લેખમાળાનું નામ 'રખે વહેમાતા' રાખવામાં આવ્યું અને સને ૧૯૩૭ના ડિસેમ્બર માસથી 'બહુરૂપી'માં તેનો પ્રારંભ થયો.

એ લેખમાળાના હફતા 'બહુરૂપી'માં આવવા લાગ્યા, તેમ તેમ ઘણા વાચકો તરફથી વૈદ્યરાજને તેમ જ મને તે માટે અભિનંદનના પત્રો મળવા લાગ્યા. વૈદ્યરાજની લેખનશૈલી એટલી સાદી અને સરલ છે કે આયુર્વેદના શાસ્ત્રીય વિષયને પણ સામાન્ય વાચક પચાવી શકે એવી ઇબારતમાં તેઓ રજૂ કરી શકે છે. વળી આ આખાય પુસ્તકમાં તેમણે નિખાલસ ભાવથી, કશા પણ સંકોચ વગર કે ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય જનતાને સાચી સલાહ આપી છે, આયુર્વેદનાં અમૂલ્ય ઔષધોની બનાવટ, તેનો ઉપયોગ, તેની અસર વગેરેની સંપૂર્ણ માહિતી આપી છે.

આયુર્વેદના પ્રણેતાઓએ કેટલાંય ચમત્કારિક દ્રવ્યો જગત સમક્ષ રજૂ કર્યાં છે. જો તેનો, સમજીને, વિધિપુરઃસર બનાવીને ઉપયોગ કરવામાં આવે તો તે આશ્ચર્યકારક લાભ આપે છે. એ દ્રવ્યોની માહિતી આ પુસ્તકમાંથી વાચકને મળી શકે છે. તેમ જ માનવ-શરીરની રચના, દરદ પેદા થવાનાં કારણો, એથી નીપજતા નિરર્થક વહેમથી થતી હાની, વગેરેના સંબંધમાં પણ પ્રસંગોપાત તેમણે સ્પષ્ટિકરણ કરીને સત્ય માર્ગદર્શન કરાવવાનો સફળ યત્ન કર્યો છે. સામાન્ય રીતે અત્યારે જે મુખ્ય મુખ્ય રોગો માનવશરીરને ઘેરી વળ્યા છે તથા તેને પરિણામે નજીવી બાબતોમાં પણ લોકોને વૈદ્ય-ડોકટરોને આંગણે દોડવું પડે છે, લાંબો સમય તેમની દવા લેવી પડે છે, તેને અંગે ઘણી વાર તન, મન, ધન–ત્રણેની ખુવારી થાય છે. તેમાંથી બચવાને માટે આ પુસ્તક ઉપયોગી થઇ શકે તેમ છે, એવું તેના અભ્યાસીને લાગ્યા સિવાય રહેશે નહિ.

હું કાંઇ વૈદ્ય કે ડોક્ટર નથી. એટલે આ પુસ્તકના વિષયોની શાસ્ત્રીયતાની બાબતમાં ઉંડો ઉતરીને તેનું અવગાહન કરૂં એવી મારામાં શક્તિ નથી. પરંતુ આખીએ લેખમાળા મારી નજર તળે

થઈને પસાર થયેલી હોઈ એકથી વધારે વખત વાંચવાની મને તક મળી છે. તે ઉપરથી હું એટલું કહી શકું છું કે ગુજરાતી ભાષામાં આયુર્વેદ સંબંધી પ્રકટ થયેલા ગ્રંથોમાં, સામાન્ય વાચકો પણ સરળતા પૂર્વક સમજી શકે, તેમાં દર્શાવેલા માર્ગોને આચારમાં મૂકી શકે, ઔષધો તૈયાર કરી શકે અને ઉપાયો અજમાવી શકે એવો સરલ, સરસ અને ઉપયોગી આ ગ્રંથ બન્યો છે.

મને જણાવતાં અત્યંત આનંદ થાય છે કે જેઓ સામાન્ય રીતે 'બહુરૂપી'માં પ્રગટ થતા અન્ય વિષયમાં, ગુન્હાશોધનના કાર્યમાં કે એવા બીજા વિષયોમાં રસ ન ધરાવતા હોય, તેવા અનેક ભાઈઓ માત્ર 'બહુરૂપી'માં પ્રગટ થતી 'રખે વહેમાતા'ની લેખમાળા નિયમિત વાંચવાને માટે તેના ગ્રાહક બન્યા હતા, એ મતલબના ઘણા ભાઈઓના પત્રો મારા ઉપર તેમ જ વૈદ્યરાજ ઉપર આવ્યા છે. અર્થાત આ લેખમાળાએ 'બહુરૂપી'ને પણ જનતાનું ધ્યાન ખેંચનારૂં બનાવ્યું છે. એ જ આ ગ્રંથની મહત્તા દર્શાવવાને માટે પૂરતું છે.

તેમાં જુદા જુદા વિષયને જુદાં જુદાં પ્રકરણમાં વહેંચી નાંખવામાં આવેલ છે. કેટલાક વિષયને એક કરતાં વધારે પ્રકરણો પણ આપવાં પડયાં છે. અમુક દરદ, તેનું નિદાન, લક્ષણ, તેને લીધે ઉપજતા વહેમ, તેની ચિકિત્સા, બની શકે ત્યાં નૈસર્ગિક ઉપચારો અને ઉપયોગી આયુર્વેદિક શાસ્ત્રીય તેમ જ વૈદ્યરાજે પોતે તૈયાર કરેલાં, અનુભવેલાં કેટલાક ઔષધોની બનાવટ અને ગુણ આદિ આપવામાં આવ્યાં છે.

'બહુરૂપી'માં જ્યારે આ લેખમાળા ચાલૂ હતી તે વખતે ઘણા વાચકોએ—જેમાં કેટલાક વૈદ્યોનો પણ સમાવેશ થાય છે—તેમાં આપેલાં ઔષધો તૈયાર કરી તેનો અનુભવ કર્યો છે; અને કેટલાક વૈદ્યરાજોએ લેશ પણ તેજોદ્વેષ વગર મારી પાસે મુક્તકંઠે આ ગ્રંથના લેખક વૈદ્યરાજ જાદવજીભાઈની પ્રશંસા કરી છે,

આવું જનતાને ઉપયેાગી સાહિત્ય 'બહુરૂપી' દ્વારા જાહેરમાં મૂકવાને માટે હું યત્કિંચત પણ કારણભૂત બન્યેા છું એ મારે માટે મગરૂર થવા જેવું હું માનું છું.

હું આ વિષયનેા અધિકારી ન હેાવા છતાં વૈદ્યરાજે મને પ્રવેશક લખવા માટે આજ્ઞા કરી તેનેા મેં કશા પણ સંકેાચ વગર સ્વીકાર કર્યો, તે એટલા જ માટે કે આ લેખમાળા તેના પ્રારંભથી જ મને બહુ રૂચીકર બની હતી, મારા મનમાં અગાઉ અનેક વાર ઉપજેલા વિચારેાને હું વૈદરાજની લેખિની દ્વારા તેમાં મૂર્તિમંત થતા જોતેા હતેા.

આવેા સુંદર, ઉપયેાગી, અને સરલતાપૂર્વક, આયુર્વેદની મહત્તા વધારનારેા શાસ્ત્રીય ગ્રંથ ગુજરાતી વાચકેા સમક્ષ મૂકવા માટે હું વૈદ્યરાજ જાદવજીભાઇનું અભિનંદન કરૂં છું. તેમની સેવાની યેાગ્ય કદર તેા વાચક જ કરશે.

છેવટે આપણે ઇચ્છીએ કે વૈદ્યરાજ પેાતાની વિશાળ સંસ્થા તથા ચાલૂ ધંધાના વિકાસકાર્યની સાથેાસાથ, તેમના આયુર્વેદ વિષયક સૂક્ષ્મ જ્ઞાન અને બહેળા અનુભવનેા, તેમની લેખિની દ્વારા આના જેવું જ અન્ય સાહિત્ય રજૂ કરી, ગુજરાતી જનતાને લાભ આપે. પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા તેમની ઉજ્જવલ સેવાઓને વિકાસવંતી અને દૂરગામી બનાવવાને માટે તેમને સંપૂર્ણ આરેાગ્ય સાથે દીર્ઘાયુઃ બક્ષેા એવી આપણે એ જગતનિયંતાને હૃદયપૂર્વક પ્રાર્થના કરીએ.

રાણપુર
૧૬ : ૨ : ૧૯૩૯
ગુરૂવાર

ચંદુલાલ જેઠાલાલ વ્યાસ
તંત્રી : 'બહુરૂપી'

રખે વહેમાતા

પ્રકરણ ૧લું

સંકટનું કારણ શંકા

સુધરતા જતા જમાનાએ, મનુષ્યના આરોગ્ય માટે લાભકારી કાર્યો બીજાં તો ગમે તે કર્યાં હોય, પણ નવા રોગોનાં નામ, નિદાન અને સ્વરૂપો આપી, માણસોને એવા જાણકાર બનાવ્યા છે કે કોઇ પણ રોગના જેવું ભળતું ચિહ્ન જણાય એટલે માણસ કલ્પનાના ઘોડા દોડાવીને એ મહા રોગના ભોગ પોતે થઇ પડયા છે કે થઇ પડવાના છે એમ માની, હજુ તો એ રોગનું પૂર્વ સ્વરૂપે ન હોય ત્યારથી એ વ્યાધિના સાચા દોસ્ત બની, મનમાં ચોક્કસ નિર્ણય કરી બેસે છે, કે હવે આપણે સંપૂર્ણ રોગી છીએ અને ખાસ ઉપચારની જરૂર છે, અને એમ છતાંય સારા થવાશે કે કેમ એ પ્રભુ જાણે ? પછી એવા સંકલ્પો થતાં સ્વપ્ને પણ જે વ્યાધિ થવાનો ન હોય તે વ્યાધિ માનસિક નિર્બળતાએ અને મિત્ર, સ્નેહી યા દુબળા મનનાં આપ્તજનોના આશ્વાસન આપવાની ખાતર બોલાયેલા, ઝેરની ગરજ સારે

તેવા શબ્દોથી થાય છે કે 'ઓહો! હમણાં તો બહુ લેવાઇ ગયા! ચહેરા ઉપર આટલી ફીકાશ કેમ? તમે તો આ સાલ બહુ હેરાન થયા! તમારો વ્યાધિ બહુ ચીકણો છે, હો! જલદી એની દવા કરો! મારી પાડોશમાં એકવીશ વર્ષનો જુવાન બિચારો લે લે કરતો, તમારા જેવા રોગથી, દવાઓ કરી, પણ અંતે ખલાસ થઇ ગયો.' આવી જાતનાં દરરોજનાં આશ્વાસનો વમર માંથ્યાં આવી પડવાથી દુબળા મનની કલ્પનાનો દરદી બિચારો મનની મજબૂતાઇ ખોઇ નાંખી, સાચો દરદી બની, વૈદ્યો અને ડાકટરોમાં અથડાતાં, પેટંટો અને પદ્ધતિસરના પ્યાલા ઢીંચતાં, જર અને જીગરની ખુવારી ખમતાં ખમતાં લાંબા સમયે જીવનના આ નહિ તો પેલા છેડે પહોંચે છે, ત્યારે જ એ આપત્તિમાંથી તેને મુક્તિ મળે છે. દરમ્યાન મધ્યદરિએ મળતા બેટની માફક જો કોઇ વીલપાવરવાળો કુદરતના કાનુનોને જાણનાર સાચો સલાહકાર મળી જાય છે તો સહેજે તેની બાંહ્ય પકડી લઇ કલ્પનાની ભયંકર ભુતાવળમાંથી નૈસર્ગિક ઉપચારની શક્તિની ઝાંખી કરાવી, સાપ કાંચળી છોડી, ભુરાશમાંથી જેમ કાળો ભીંગોર જેવો ત્રણ વરસે બને છે, તેમ તેના વ્યાધિઓનો પણ અંત આવી જઇ તેને તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત થાય છે.

આ હકિકત કલ્પનાની સૃષ્ટિ જેવી નથી પણ નક્કર સત્ય વસ્તુ છે અને તેથી અહીં 'રખે વહેમાતા'ના થોડા મૂર્તિમંત દાખલા એટલા માટે આપવામાં આવે છે કે સહરાના રણમાં ભૂલા પડેલા પ્રવાસીને માર્ગ મળી શકે. વહેમમાં અટવાઇ, શંકાને સંકટનું કારણ બનાવી, વાચકો અવળે રસ્તે ન દોરાઇ જાય એ ખાસ હેતુ છે.

ત્રણ વાગ્યાના સુમારે માથું જરા દુઃખવા આવે, જરા બેચેની થાય, વિચારોનો વેગ વધે અને કામ ઉપર ચિત્ત ના ચોટે—એથી તમને ન્યુરેસ્થેનીયા થયો છે, એમ રખે વહેમાતા. તમને મગજનો કોઇ મરજ છે એમ પણ માની લેવાનું નથી. તેમ જ એ વખતે જરા સ્ફુર્તિ લાવવા કડક મીઠી ચહા કે વિસ્કીનો એક ડોઝ લેવાનું પણ

ભૂલે ચુકે શરૂ નહિ કરતા. નહિ તો એ પીણુંઓ એવાં છે કે કદાચ થોડા વખતને માટે તમને તાઝગીભર્યા બનાવશે, પણ એ કોઠે પડી જઇને ફરી લેવા લલચાવશે, તમારો મનમાન્યો વ્યાધિ કાયમ રહેશે અને બકરૂં કાઢતાં ઉંટ પેસી જવા જેવું થશે—તમે પૂરા વ્યસની બનશો, એ કરતાં એક મજેનો રસ્તો બતાવું.

પણ એ બતાવતા પહેલાં મારી શરત એટલી છે કે તમારે તે એક અઠવાડિયું જરૂર અજમાવવો. ફાયદો ન થાય તો તમારો અમૂલ્ય સમય રોકાયો તે બદલ નુકસાની ભરપાઇ કરવા લેખકને લખી મોકલવું.

જ્યારે કામ કરતાં એવી જાતની થકાવટ થાય ત્યારે તમારે એ કામ છોડી દઇ, ઉભા થઇ ખુલ્લી જગ્યામાં ચાલ્યા જવું. સૂર્યની સામે અથવા સામી હવામાં સીધા ઉભા રહી, શરીરને ટટ્ટાર રાખી, પહેલાં લાંબા શ્વાસ-પ્રશ્વાસ લેવાના શરૂ કરવા. પાંચ, સાત, કે નવ એવી રીતે દીર્ઘ શ્વાસ લીધા પછી હાથને સીદ્ધા સામી કક્ષામાં લંબાવવા અને ફેલાવવા. બરાબર બાજુમાં પડખાની સરખાઇમાં હાથ આવે એટલે ઉંચે ઉચકી માથા ઉપર બન્ને હાથ ને હથેલીઓ બરાબર જોડાઇ જાય એમ મેળવી લઇ, એક સેકન્ડ પછી જે રીતે ઉચકાયા એ જ રીતે ધીમે ધીમે હાથને નીચે લઇ જઇ લટકાવી દેવા. આ ક્રિયા બરાબર અગીયાર વખત કરવી. દરેક વખતની મધ્યમાં એક દીર્ઘ શ્વાસ લેવો.

દવા તરીકે તુલસીનાં પાન તો. ૧, ગંઠોડા તો. ૧, ખુરાસાની અજમો તો. ૦।, સીંધવ તો. ૦।—આ ચાર વસ્તુની ફાકી બનાવી રાખવી. ઉપરની કસરત પછી પાવલીભાર જેટલી મોઢામાં નાંખી ધીમે ધીમે ચાવી ઉતારવી. વાંચીને વિચાર નહીં કરશો. અઠવાડીઆના અમલ પછી એને માટે વિચાર કરવાની છૂટ છે.

આંખોમાં સાધારણ ઝાંખાશ દેખાય કે ખુંચવા લાગે કે કોઇએ ધડાક દઇને અભિપ્રાય આપ્યો કે તમારી આંખમાં ખીલ છે, તો તેથી દોડાદોડી કરી, રૂસ્તમજી પેસ્તનજીને ત્યાંથી ચશ્મા ખરીદવાની

કે કાસ્ટીકના ૩૦ ટકા સોલ્યુશનથી ટચ કરાવવાની જરાએ આવશ્યકતા નથી. એવા દુધીયા દાંતે ચશ્મા પહેરતા થશો તો બહુ ઉમર લેવી બાકી છે. અને કાસ્ટીકથી ટચ કરાવશો એટલે તમારા પેઢાની કોમળ ચામડી તેના દાહક ગુણથી એવી ખરસટ બની બેસશે કે પછી એકાદ બે મહિના થયા કે ફરીથી ટચ કરવાનું ઉભું જ રહેવાનું; અને એ કહેવાતા ખીલ તમને જીવનરોગી બનાવી દેવાના. એ કરતાં જરા મારૂં કહેવું માની, ભાઇસાહેબ! થોડો ફેરફાર કરી નાંખો તો કેમ? એથી ખીલને ઝાંખપ તો શું પણ તમારા ૭૫ વર્ષ સુધીના આયુષ્યમાં તમારી આંખોમાં કોઇ રોગ થાય તો મારી સલાહ ઉપર લાલ શાહીનો છેકો મારજો.

તમારા ખોરાકમાં વધારે ટેસ્ટદાર અથાણાં, ચટણી, પાપડ કે દાહક ગુણવાળા પદાર્થો પ્રથમ બંધ કરો, દરરોજના ખોરાકમાં એક શેર દુધનો વધારો કરો, સાંજના શહેર બહાર જઇ ખૂબ ફરી આવી, કુદરતની વૃક્ષવેલી અને પૃથ્વીએ ધારણ કરેલી લીલી સાડી ઉપર નજર ફેરવી, પછી વીશ મીનીટ આંખો બંધ કરી શાંતપણે નિરખેલાં કુદરતનાં દશ્યો ચક્ષુની અંદર આંતરચક્ષુથી નિહાળો. ચાંદની રાત્રિએ સુદ આઠમથી પુનમ સુધીનો ચંદ્ર હોય ત્યારે અગાશીમાં કે જ્યાં ચંદ્રની જ્યોત્સ્ના પથરાતી હોય ત્યાં ચતા સુઇ રહી, ચંદ્રને નિરખો અને આંખો બંધ કરો. અડધો કલાક એ અભ્યાસ કરો, પછી ફરી બીજા મહિને આઠમથી પુનમ સુધી એ પ્રયોગ કરતા રહો. દરરોજ લીધેલા ખોરાકના પ્રમાણમાં દસ્ત સાફ આવે છે કે નહિ તેનો ખ્યાલ રાખો. આંતરડાંની સાથે આંખોને બહુ નજીકનો સંબંધ છે. જરા પણ મળાવરોધ કે આંતરડાંમાં ગરમાઇ પેદા થઇ એટલે એની સીધી અસર આંખો ઉપર થાય છે. એટલે જો જાડા થુલાવાળા આટા, ફોતરાંવાળાં કઠોળ, લીલાં પાંદડાંનાં શાકો અને લીંબુનો રસ, ટામેટાં જેવા પદાર્થો બચીત લેવામાં આવે, અને સંચાના દળાએલા આટા,

મીઠાઇઓ, મેંદાનો આટો અને ચણાની વિધવિધ વાનીઓ લેવાનો શોખ ત્યજી દેવાય, રાત્રિએ કેરોસીનની બત્તીથી વાચન છોડાય, એવી જ રીતે આંખના હીર અને નૂરનો વિનાશ કરનાર ઇલેકટ્રીકની બત્તીથી બચવામાં આવે, ચલિત ચિત્રો ઓછાં-ઘણું ઓછાં જોવાય તો આજે ૪૦ વર્ષની ઉમર પછી મોતીયા આવે છે અને એને ઉતારવા આંખની હોસ્પીટલો શોધવાની ફરજીયાત જરૂર ઉભી થાય છે, તેમાંથી બચી જવાય, ખીલ ન થાય, ચસ્મા ન પહેરવા પડે અને ચક્ષુઓ નિર્મળ, તેજસ્વી અને દૂરદર્શી રહી શકે. એ માટે આટલા કુદરતી ઉપચાર પછી ઔષધીની જરૂર જણાય તો એકાદ બે અનુભવી ઉપચાર બતાવી દઉં કે જે સેંકડો નહિ, હજારો મનુષ્યો ઉપર અજમાવી અનુકૂળ જણાયા છે.

હરડાં તો. ૫, બહેડાં તો. ૫, આમળાં તો. ૫, ત્રણે વસ્તુને ત્રિફળાં કહેવામાં આવે છે. તેમાંથી વચલા ઠળીયાનો ભાગ કાઢી નાંખી-ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી રાખવું. આંખમાં ગરમાઇ, ખીલ, તાપોડીયા કે ફુલાં પડી જઇ આંખના જીર્ણ દર્દથી કંટાળવાનું ઉભું થાય, ઝાંખ આવતી જણાય અને તમને લાગે કે આંખ માટે અનિવાર્ય ઔષધની જરૂર છે ત્યારે બહુ જ મામુલી ખર્ચે ઉભું થતું આ ઔષધ નહિ પણ અમૃત તૈયાર કરી, રાત્રે સુતી વખતે પાવલીભાર ઠંડા પાણી સાથે ફાકી લેવી અને પાવલીભાર એ ચુર્ણ એક શેર પાણીમાં ત્રાંબાના વાસણમાં પલાળી રાખી, સવારમાં દાતણ કરી રાત્રે પલાળેલી દવાનું પાણી ઉપરથી નીતર્યું ગાળી લઇ મોઢામાં ચોખા ઠંડા પાણીનો કોગળો ભરી રાખી, પછી આંખો ખુલ્લી રાખીને એ ત્રીફળાનું પાણી આંખપર છાંટવું. આ ઔષધ મામુલી નહિ પણ મહા ઔષધ છે, અનેક દર્દીએ અજમાયેશ કરી છે. કેટલાક દરદીએ અમારી પાસેથી આ વાત સાંભળી ગઢડાના પ્રસિદ્ધ સ્વ. વૈદરાજ નાનભટ્ટજી આગળ મૂકેલી અને તેઓએ જણાવેલું કે આંખના મહા વ્યાધિ ત્રિફળાનાં પાણી છાંટવાથી નાબૂદ થાય છે. એટલું જ નહિ પણ સેંકડે ૯૫ અંધ થતાં આદમીઓ જો વિલાયતી દવાઓનો ભરોંસો છોડી ત્રિફળાના ઉપચાર કરવા લાગે

તો ખાત્રીપૂર્વક એમનાં ચક્ષુઓ દિવ્ય થાય. એ ઉપરાંત આંખમાં આંજવાનો એક સરસ ઇલાજ છે. તે આંખને કોઇ પણ જાતની તકલીફ આપ્યા સિવાય અનેક રોગ સારા કરે છે. છતાં તે ઔષધની ખૂબી એ છે કે તેનો ઉપયોગ છ મહિનાના બાળકથી માંડી ૯૦ વર્ષના વૃદ્ધ આંખના આજારી કે બીનઆજારી છુટથી કરે છતાં જરા પણ ત્રાસ થતો નથી કે નથી આંખને આડો લાગતો. માત્ર દવા આંજ્યા પછી ત્રણ મીનીટ બાદ તમે સંપૂર્ણ ચોખ્ખી આંખોથી પૂર્વની માફક લખી વાંચી શકો છો. આ રહ્યો તે અપૂર્વ ઇલાજ:

કમળનાં ફુલ નંગ ૫૦ સારાં તાજાં લઇ, તેને પાણી શેર ૫ માં બાફી, ઠંડું પડે ત્યારે ચોળી નાંખી કપડેથી ગાળી લેવું. તે પાણીમાં તાજી પાલી (બાવળનાં પાન) શેર એક નાંખી બાફીને ફરી પાણીને ગાળી લેવું. પછી તે પાણીમાં ચોખ્ખું મધ તો. ૧૦, સીંધવ તો. ૦ાા અને બરાસ તોલો ૧ નાંખી ચૂલે મૂકવું. પાણી બળી જઇ મધ બાકી રહે ત્યારે નીચે ઉતારી, ગાળી, ચોખી બાટલીમાં ભરી રાખવું. સવાર સાંજ શ્વાસની સળીથી આંખમાં આંજવું.

ગમે તેવા જુના અને ચીકણા ત્રાસ આપતા ખીલ, ઝાંખાશ, ત્રણ વરસનું ફુલ, વેલ વધવી, આંખની ગરમાઇ મટે, ચશ્માં આવેલાં અથવા આવતાં ઉતરી જાય, મોતીયા આવતા અટકે, તેમજ આંખને નિર્મળ બનાવી સંપૂર્ણ તેજસ્વી રાખે છે. સાજા નીરોગી માણસ જો આ અંજન દરરોજ એક વખત અથવા દર ત્રીજે દિવસે એકાદ વખત આંજે તો ભવિષ્યમાં એમને આંખના વ્યાધિઓ થતા નથી. વાંચવાથી આંખને પડેલી તકલીફ નાબૂદ થાય છે. આ અજબ અને અપૂર્વ બનાવટ છે.

卐

પ્રકરણ ૨જું

સજોખમ થાય તો?

શરીરમાં અવ્યવસ્થા થાય ત્યારે એટલું અવશ્ય સમજી રાખવું ઘટે કે કુદરત શરીરની અંદર અસમાન થયેલા દોષોને સમાન કરવા માગે છે. એટલે કોઇ પણ વ્યાધિની શરૂઆત થતાં આપણે દોડાદોડી કરી ગભરાઇ જઇએ છીએ, છતાં કોઇ પણ વ્યાધિ તેનો સંપૂર્ણ પરિપાકકાળ થતા પહેલાં મટતો નથી. ભલે પછી ચિકિત્સકો તેને ઔષધના જોરથી વ્યાધિનું શમન થતાં પહેલાં દબાવી દે. એથી કાંઇ એ વ્યાધિ મટતો નથી પણ દબાય છે, અને પછી અનુકૂળ સમય પ્રાપ્ત થતાં ફરી જેના તે જ રૂપમાં અથવા રૂપાંતર પામીને પ્રગટ થાય છે. ખરી રીતે આપણે જરી પણ વ્યાધિ ન થાય એમ ઇચ્છીએ છીએ, પરંતુ તે વ્યાધિ થવાનાં કારણોને જાણવા છતાં તે તરફ આપણી બેદરકારી હોય છે. જન્મથી માંડી કોઇ પણ મનુષ્ય એવો નહિ હોય કે તે નિરંતર અને અહર્નિશ તદ્દન તંદુરસ્ત રહે. એવી વ્યક્તિઓ તો આપણને મળી આવે કે જેમના આહાર-વિહાર, રહેણી-કરણી, અને આચાર-વિચાર બહુ જ નિયમસર હોય. કેટલાકોને આજે પેટમાં દુઃખતું હોય તો આવતી કાલે મસ્તકનો દુઃખાવો થાય, ત્રીજે દિવસે દસ્ત સાફ ન આવ્યો હોય તો ચોથે દિવસે કોઇ વળી નવીન ફરિયાદ ઉભી હોય છે. એવા માણસો કરતાં તો આવી રીતે નિયમસર રહેનાર શારીરિક સુખ ઘણું વધારે ભોગવનાર હોય છે. તો પણ કેટલાંક બહારનાં કારણોએ અથવા ઋતુઓના હીનયોગનાં કારણોએ તેમને પણ શરીરમાં અવ્યવસ્થા આવી જાય છે. છતાં તેઓ બહુ સહેલાઇથી એ અવ્યવસ્થામાંથી પુનઃ વ્યવસ્થિત બની શકે છે; જ્યારે બીજા પ્રકારના મનુષ્યો હરહમેશાં રોગી રહેતા હોવાનો દાવો કરે છે અને તેઓને જ્યારે આવી અથડામણ આવે છે ત્યારે સાચો-

સાચ તેઓ એવા સરસ પથારીવશ થઇ જાય છે કે તેના માટે તેમને બહુ મોટો ભોગ આપવો પડે છે. છતાં જો તેઓ ઉંડા ઉતરી તપાસ કરે તો એ વ્યાધિ શરીર કરતાં તેમનાં મન ઉપર વધારે મજબુત ઘર કરી બેઠો હોય છે.

એક વિદ્વાન ચિકિત્સકનો અભિપ્રાય છે કે શરીર ગમે તેટલું વ્યાધિ-ગ્રસ્ત હોય છતાં જેનું મન નીરોગી રહી શકે તેના રોગો જલદી સારા થઇ શકે છે. એક દાખલો ટાંકું: એક માણસ લક્ષાધિપતિ હોય, તેને કોઇ કારણથી અથવા ચોટ કે માર વાગવાથી, હાથ અથવા પગનો જીવતો નખ ઉખડી ગયો, અથવા એમ માનો કે હજામે ભૂલથી નખ ઉતારતાં કાચો નખ વધારે કાઢી નાંખ્યો. હવે એ ભાઇ લક્ષાધિપતિ તો છે. એટલે કોઇ સારા એમ. ડી. થએલા ડૉકટર પાસે જઇને કહેશે કે 'મારો નખ જવાથી મને અત્યંત વેદના થાય છે. માટે પાંચ, દશ, કે વીશ હજાર રૂપીઆ ખરચ થાય, તો પણ પરવા નહિ, છેલ્લામાં છેલ્લી શોધ કામે લગાડીને પણ મારી વેદના બંધ થવી જોઇએ અને મારો નખ હતો તેવો તુરતમાં થવો જોઇએ.' ત્યારે ડૉકટર કહેશે: 'ભાઇ! તમને વેદના તો હું તુરત બંધ કરી આપું. વળી એ વેદના ફરી ઉભી ન થાય તેને માટે હું ચાંપતી સાર-વાર કરીશ. તેના ઉપર જંતુ ન લાગે, સડો ન થાય, છેવટે જાણે કે તમને એ દરદ જ નથી એવું બધું હું કરી આપું, પણ તમારો ઉતરી ગયેલો કે વધારે પડતો કપાઇ ગયેલો નખ અત્યારે ને અત્યારે હતો તેવો ન બની શકે. એને માટે સમય લાગશે.' દરદી કહેશે: 'એમ હોય કે? હું તમને ગમે તેટલું ખરચ કરવાની મંજૂરી આપું છું. કદાચ તેને માટે જોઇએ તો ખાસ ઓર્ડરથી જર્મની, અમેરિકા, જાપાન કે સ્વીટઝરલાંડની દવા મંગાવો, જોઇએ તો ઇંજેકશન આપો. પણ મારો નખ આ જ ઘડીએ કેમ સારો ન થાય?' ડૉકટર કહેશે: 'શ્રીમાન! ખરી રીતે પૂછો તો નખ હતો તેવો કરવો તેમાં કોઇ પણ દવા-પેટંટ કે ઇંજેકશનની જરાયે જરૂર નથી. નખ હતો તેવો કરવાનું કામ કુદરત કરશે. માત્ર

ઔષધથી તમને તે જગ્યાએ દરદ ન થાય, જંતુ લાગે, પાક ન થાય અથવા એ વ્યાધિના ચિંતવનથી તમારૂં મન રોગીષ્ટ ન બને, એ માટે પીવાની દવા પણ સાથે આપીશું. એટલે આપને કુદરતી રીતે થોડા સમયમાં નિકળી ગયેલા નખ ઉપર આપોઆપ નવો નખ આવશે. એટલા માટે કુદરતના એ કાર્યમાં તો આપે ધીરજ રાખી રાહ જોવાની રહે છે. એને માટે ચાહે તો આપ એક લાખ રૂપીઆ ખરચો, એથી કુદરતી નખ નહિ આવે. પછી આપની જો ઇચ્છા હોય તો એ નખની જગ્યાએ શોભાની ખાતર આપને બનાવટી નખ બેસારી આપીશ. '

એવી જ રીતે શરીરમાં કોઇ પણ વ્યાધિ થાય તેને મટાડવાને માટે સમય જોઇએ છે. અને તેને મદદ આપનાર પ્રતિકૂળ ક્રિડા કે આહાર-વિહાર ન કરીએ તો દરેક વ્યાધિ આપોઆપ શમન પામે છે. તેને સુધારવાનું કામ શરીર પોતે જ કરે છે. છતાં અવલંબન રૂપે અથવા શરીરની રોગહરા શક્તિને સહાયક થાય એવા નિદાન-પૂર્વકના ઔષધની ભલે જરૂર હોય, પણ ઔષધીથી જ માત્ર રોગ મટશે, અને જેમ એ ઔષધિ વધારે મોંઘી, વધારે શક્તિશાળી હોય તો ત્રણ મહિને મટનારો વ્યાધિ ત્રણ દિવસમાં અથવા ત્રણ કલાકમાં મટી જાય એમ માનવું કે મનાવવું એ કેવળ અજ્ઞાન નહિ તો અંધ-શ્રદ્ધાળુપણું તો છે જ.

ઋતુના ફેરફારના કારણે કોઇ વખત સળેખમ–જુખામ થઇ આવે અથવા અવારનવાર જુખામ–સળેખમ થઇ આવવાની ટેવ તમને પડી ગઇ હોય, તેથી જરાએ તમારે ગભરાવાનું નથી, કે તેમાંથી પીનસ, કે શ્વાસનળીનો મહા વ્યાધિ અથવા દમ કે શ્વાસના રોગ તરફ તમે જઇ રહ્યા છો એમ તમે રખે વહેમાતા ! વરસ દહાડામાં એકાદ વખત આવી રીતે સળેખમ થાય તેથી હું તો માનું છું કે ગભરાયા કરતાં ખુશ થવું જોઇએ. એથી તો વરસ દહાડાનો બધો ય

કચરો, કુદરત અથવા શરીરયંત્ર, સળેખમ જેવી ક્રિયા ઉત્પન્ન કરીને બહાર ફેંકી દે છે અને બે ત્રણ દિવસની અંદર, જુઓને કેટલો બધો જાતભાતનો બલગમ નાકદ્વારા બહાર નિકળી જઇ, મગજને હલકું ફુલ જેવું બનાવી દે છે! સળેખમ થતાંની સાથે તેને રોકવા માટે અને તુરત મટાડવા માટે વૈદ્ય–ડોકટરોને ત્યાં દોડી જઇ ઉપરા-ઉપરી ઉપચાર કરવા લાગી જવું એ તો કુદરતના કાર્યની સામે થવા જેવું છે. મકાનની અંદર કચરો ભરાયો હોય અને તેને ઝાપટી–ઝુપટીને ઘરનો નોકર સફાઇ કરતો હોય તે વારે આપણે તેનો દરવાજો બંધ કરવો કે ઝાડુ તેના હાથમાંથી ઉચકી લેવું તેના જેવો પ્રકાર ઔષધની મારામારીનો છે. માત્ર જો ચાલુ ખોરાકમાં ફેરફાર કરી, પેટ સાફ આવવા માટે એકાદ સાદું વિરેચન લઇ લેવામાં આવે, તો બે ત્રણ દિવસમાં જ સળેખમ પાકી જઇ નિકળવા જેવો બલગમ નિકળી જઇ, આપોઆપ નીરોગીપણું આવી જાય છે. પરંતુ અવારનવાર અઠવાડીએ કે પખવાડીએ સળેખમ થઇ આવતું હોય તો તેને માટે જરા વિશેષ ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. પ્રથમ તો એ નિર્ણય કરી લેવો ઘટે કે જ્યારે જ્યારે તમને સળેખમ થઇ આવે તે અરસામાં એવું શું કારણ બને છે કે અઠવાડીએ કિંવા પંદર દહાડે સળેખમ થઇ આવે છે? જો ખરી રીતે તેની શોધ કરવામાં આવશે તો ચોક્કસ તેનું ખાસ કારણ મળ્યા સિવાય રહેશે નહિ. કેટલાકને અમુક જાતનો ખોરાક સળેખમનો ઉત્પાદક હોય છે, કેટલાકને અમુક પ્રકારની હવા, તો કેટલાકને થોડા ઉજાગરાના કારણે પણ આમ થઇ આવે છે. છતાં એટલું ચોક્કસ છે કે તેમનું તે અવયવ નિર્બળ ગણાય કે જેને લઇ સાધારણ કારણ મળતાં શ્વાસનળી કોપાયમાન કે દુષિત થઇને તેમાં સોજો આવે અને સળેખમ થાય. બાકી એક વર્ગ એવો છે કે જેઓને બારે પહોર અને બત્રીશે ઘડી સળેખમ ચાલુ રહે છે. તે વર્ગ છે તપખીર સુંઘનારનો. તેમણે તપખીરનું બંધારણ સળેખમ મટાડવાના કારણે કર્યું હોય છે, અને કેટલાક આંખે તેજ આવે એ હેતુથી પણ

કર્યું હોય છે. તપખીર સુંઘવાથી આંખમાં તેજ આવતું હશે કે કેમ, એ વાત બાજુ ઉપર રાખીએ, તથાપિ એટલું તો ચોક્કસ છે કે તમાકુ જેવા દાહક અને વિષારી પદાર્થની સાથે અમુક જાતના ક્ષારની મિલાવટ પછી બનતી તપખીરનો, નાકની આંતરત્વચા, મગજ અને શ્વાસનળીની કોમળ ચામડી ઉપર હમેશાંનો છંટકાવ તેના પ્રાકૃતિકપણામાં ફેરફાર કરી, થોડો પાણી ઝરતો ઘોઘ ઉત્પન્ન કરે છે. કુદરત તેને મટાડવા ઘણાયે પ્રયત્નો આદરે છે, પણ માણસ જાત, ફરી ફરી ચપટી ભરીને એ સોજાને, એ કોમળ ત્વચાને ક્ષુભિત બનાવીને ક્ષણે ક્ષણે તેમાંથી ઉભરાઇ આવતો તપખીરમિશ્રિત બલગમ રૂમાલ કે ધોતીયાં કે છેવટે દીવાલો ઉપર છાંટીને સંતોષ અનુભવે છે, અને પછી તો તપખીર ઔષધ મટી વ્યસન બને છે. મઝાની ચાંદીની કે સીસમની નાજુક ડબીમાં તપખીર દેવી બિરાજી, દેવ જેવા મનુષ્યની મૈત્રિણી બની જાય છે! પરિણામે ત્રણસો ને પાંસઠ દિવસ સળેખમ ચાલુ જ રહે છે!

જો કોઇ કારણવશાત્ સળેખમ થઇ આવતું હોય એમ નિર્ણય થાય તો તે કારણ દૂર કરતાં તેમાંથી મુક્ત થવાય છે, છતાં ન થાય તો થોડા મહિનાઓ સુધી શિર્ષાસન અવશ્ય કરવું. શિર્ષાસન કરવાથી અનેકનાં લાંબા કાળનાં સળેખમ નાબૂદ થયાના દાખલા છે. માટે ધીમે ધીમે શિર્ષાસન કરવાનો અભ્યાસ પાડી વધારવો. શરૂઆતમાં સળેખમવાળાને થોડી મુશ્કેલી અને મુંઝવણ થાય છે ખરી. પરંતુ એક અઠવાડિયા પછી એ મુશ્કેલી અને મુંઝવણ મટી બહુ આનંદ આવે છે. ખોરાકમાંથી મિઠાઇ અને ગરીષ્ટ પદાર્થો છોડવા. દિવસે સુવાની ટેવ હોય તે છોડી દેવી. સવાર સાંજ બે, ચાર કે છ નિયમિત પ્રાણાયામ કરવા. દસ્ત સાફ આવે એ માટે ધ્યાન આપવું જોઇએ. તે માટે રાત્રે મૃદુ વિરેચન લેવું. કાયમી સળેખમ દૂર કરવાનો બીજો ઉપાય છે નાક દ્વારા ઉષાપાનનો. સવારના ઉઠતી વખતે એક પ્યાલો પાણી નાક વડે ધીરે ધીરે પીવાનું છે. આ ક્રિયા શરૂઆતમાં બિનઅનુભવીને

માટે મુશ્કેલીવાળી છે, છતાં અભ્યાસ પડયા પછી જેટલી સહેલાઇથી મેાઢાથી પાણી આપણે પી શકીએ છીએ એટલી જ સહેલાઇથી નાકથી પણ પાણી પી શકાય છે. અભ્યાસની શરૂઆતમાં સળેખમ ન હેાય એને પણ થાય છે, પરંતુ જ્યાં અભ્યાસ શરૂ થયેા એટલે એકાદ પખવાડીઆ પછી બહુ સારી અવસ્થા પ્રાપ્ત થઇને વરસેા થયાં જે સળેખમ સતાવતું હેાય છે તે નાબુદ થઇ જાય છે. એ ઉપરાંત એ પ્રમાણે ઉષાપાન કરવાથી ચક્ષુને પણ લાભ થાય છે, બુદ્ધિ વધે છે, આયુષ્ય વધે છે, દસ્ત સાફ આવે છે, આળસ નાશ પામી, કામકાજની સ્ફુર્તિ ઉદ્ભવે છે. છતાં આ પ્રયેાગ જેમણે કેાઇ વખત ન કર્યો હેાય તેમણે શરૂઆત ફાગણ મહિના પછી કરવી. અવસ્ય આશાતીત ઉત્તમ લાભ થશે.

ઔષધ

સળેખમ માટે કેાઇ ચેાક્કસ ઔષધ નથી, કેમકે સળેખમ થવાનાં અનેક કારણે હેાય છે. છતાં દુધ ને હળદર પીવાથી, નાક ઉપર અફીણને કસુંબેા ચેાપડી જરા શેક કરવાથી, એ જ રીતે નાક ઉપર આમ ચેાપડી શેક કરવાથી, રાત્રે સુતી વખતે ગરમ પાણીમાં રાઇ નાંખી, પગનાં તળીયાં અરધેા કલાક બેાળી રાખવાથી, પગના તળીએ એરંડીયાનું તેલ ઘસવાથી, સુંઠ, તુલસી, ફુદીનેા અને બુંદદાણાની ચહા પીવાથી, એકાદ રેચ લેવાથી, બાજરાના આટાની ગેાળ અને ઘીમાં રાબ કરી સવારમાં ખાવાથી, દશ ભાગ ઘી અને એક ભાગ એસીડ કારબેાલીક મેળવી તેને દિવસમાં બે ત્રણ વખત સુંઘવાથી, સળેખમ મટે છે. જુદા જુદા માણસેાની જુદી જુદી પ્રકૃતિ હેાવાથી ઉપરના નજીવા લાગતા ઉપાયેા કેટલીક વખત આશ્ચર્ય પમાડે એવેા ફાયદેા કરે છે. કેટલાકને એવા પ્રકારનું મંદ સળેખમ થાય છે કે તે પાકતું નથી તેમ જોઇએ તેવેા બલગમ નિકળતેા પણ નથી. તેમને માટે કાયફળના છેાડા એક રૂપીઆભાર બજારમાંથી લાવી તેનું વસ્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી

એક શીશીમાં રાખી મૂકી, દિવસમાં એકાદ વખત સુંઘવાથી પાંચ દશ છીંકો આવી મગજમાંથી સારી રીતે બલગમ નીકળી જઇ મગજ હલકું બને છે. આ ચીજ એક પૈસાની એક તોલો આવે છે. તેનો પાઉડર લાલ રંગનો થાય છે, અને તેને તડાક છીંકણીના નામે પેટંટ બનાવી મોટાં શહેરોનાં બજારમાં સેંકડો બાટલીઓ ચાર આને વેચાય છે. ઉપરાંત શારીરિક નબળાઇના કારણે જો સળેખમની ફરિયાદ હમેશાં જારી રહેતી હોય તો દેશી વૈદકનો ' મહાલક્ષ્મી વિલાસ રસ' બે રતી સવાર સાંજ મધ સાથે પંદર દિવસ ચાટવો.

卐

પ્રકરણ ૩જું

આગંતુક કારણો

આગંતુક કારણોની શરીર ઉપર ઓછી અસર થાય છે એમ કદિયે માનવાનું નથી. એક પ્રસંગ એવો બને કે તમે મિત્રમંડળ સાથે હાસ્યવિનોદ કરતા હો, મઝેની રંગોળી પુરી, કેળના પાન ઉપર અને પડીયામાં દૂધપાક, પુરી, પાતરાં બે ચાર શાક પીરસાયાં હોય, તેને આરોગવા તમારી ઇંદ્રિયો સંપૂર્ણ સતેજ હોય, તે વખતે તમને એવા સમાચાર કોઇ સંભળાવે કે અમદાવાદમાં કોલેજમાં અભ્યાસ કરતા તમારા વીશ વરસના દીકરાને ન્યુમોનીઆ થયો અને સ્થિતિ ભયંકર છે, એવો તાર આવી ગયો છે, માટે તમારે જવું જોઇએ ! ટ્રેન સાંજના સાડાઆઠે ઉપડે અને એમાં જ તમે જઇ શકો. તમે અત્યારે જમવા બેઠા છો. તેનો સમય છે સાડાઅગીઆરનો એટલે જો અત્યારે એ બાબત તમે વિચાર ન કરો અને મિત્રની સાથે યથેચ્છ

ભોજનને સારી રીતે ન્યાય આપવા ધારો તો આપી શકો તેમ છો. તમારી તાકાત, હોજરી અને દરરોજનો ખોરાક બહુ સારી રીતે સારા પ્રમાણમાં લઇ શકાય તેવાં છે. છતાં ઓહો ! આમ કેમ ? તમે જમવા ભાણા ઉપર ગોઠવાયા ત્યારે અને ત્યારપછી તારના સમાચાર સાંભળ્યા એ પછીના તમારા શરીર ઉપર આટલો ફેરફાર શાનો ? તમારૂં ઓજસ જ જાણે ઉડી ગયું, નૂર જ જાણે શોષાઇ ગયું અને મિત્રના આગ્રહથી તમે જમ્યા ખરા. પરંતુ સવાશેરના ચાર પડીયા પણ દૂધપાકના ઓછા પડે, તે તમે એક વાર મૂકેલો માલ પણ છોડી દીધો ! તમને બરાબર ભૂખ નથી ! ભલા, દશ મીનીટમાં ભૂખ નાશ પામી, એવો એ રોગ કયો ? **ભય** ! બરાબર છે. સમાચાર સાંભળ્યા કાને, સમાચાર પહોંચ્યા હેડ ઓફીસ (મગજ)માં. ગૃહમંત્રી બુદ્ધિએ નિશ્ચય કરી લીધો: છોકરો ખતમ થાય તો ? આપત્તિ, દુઃખ, વિનાશ ! અહા ! એ કલ્પનાના સંદેશાના ટેલીફોન છુટી ગયા અને શરીરની દરેકેદરેક ઓફીસમાં અવ્યવસ્થા ઉભી થઇ ગઇ. માત્ર પાંચ જ મીનીટમાં ક્ષુધા નહિ, શક્તિ નહિ, ઓજસ નહિ, આનંદ નહિ !

કલ્પનાના દુઃખે દુઃખ માનવું નહિ જોઇએ, અનિવાર્ય મૃત્યુને રોકવાને કોઇ સમર્થ નથી, એવી લોકોક્તિ અને ધાર્મિક ભાવનાથી રંગાએલો મનુષ્ય પણ સતત ચિંત્વનથી દૂર—બહુ દૂર રહેલા આપત્તિના ઓળાને નજીક ખેંચી લાવે છે.

ભીતિ રાખવાનો સ્વભાવ આરોગ્યને બહુ હાનિ કરે છે, જીવનને ટુંકું કરે છે અને કર્તવ્યશક્તિથી શિથિલ કરે છે.

માની લઇએ કે શરદીના કારણે શિશિર ઋતુના પ્રભાવથી કે જીવનની અનિયમિતતાએ ખાંસી થઇ આવી છે, અને પેલી શરદ ઋતુના પ્રભાવનો મેલેરીયા તો જાણે કે થોડા થોડા દિવસે ખબર લઇ જતો હોય જ, તથા એને લઇને કદાચ ખોરાક ઓછો લેવાતો હોય, અને

માનો કે વજન પણ શરીરનું થોડું ઘટી ગયું હોય. તો પછી તેને શું તમે **ક્ષય** માનવાના?

જો જો હો! એ ભૂત સ્વપ્ને પણ ભરાવા દેતા નહિ. જો ભૂલે-ચૂકે પણ નામાંકિત ગણાતા અને ક્ષયના ખાસ નિષ્ણાત થઇ બેઠેલા એકાદ મશહુર ડોકટરની સલાહ લેવા ગયા તો તે સ્પષ્ટપણે એમ કદાચ નહિ કહે કે તમને ક્ષય છે, પરંતુ એવો અભિપ્રાય તો જરૂર આપશે કે 'તમારાં ફેફસાંમાં અમુક ફેફસાં નબળાં થયાં છે, જો કે તમોને અત્યારે તો ખાસ ટી. બી. હોય એમ ન માનીએ, તો પણ તમારે ચાંપતી સારવારની જરૂર છે, અને અમારો તો તમોને ખાસ અભિપ્રાય છે કે એકાદ ડઝન ગોલ્ડનાં અને બે એક ડઝન કેલશીયમનાં ઇંજેકશન જરૂર લઇ લો, બને એટલું બકરીનું દૂધ અને મુસંબી ઉપર રહો, ખુલ્લી હવામાં ફરો. સાથે એકાદ પેટંટ કોડલીવરની બનાવટની પણ જરૂર છે. આ ટ્રીટમેન્ટ એકાદ મહિનો લઇ જુવો. એમ છતાં પણ તમારે એકસ–રેથી એક વખત ફોટો લેવરાવી લઇ, ફેફસાંના અમુક ભાગની તપાસ તો કરાવવાની ખાસ જરૂર છે. અને લોહીની તપાસ કરાવીને તેમાં ટી. બી. નાં જંતુઓ છે કે કેમ તે પણ તપાસાવો એટલે નિર્ણય થઇ જાય!!'

ભલા ભગવાન! શરીરનો ક્ષય તો થવાનો હોય ત્યારે થાય, પણ લક્ષ્મીનો તો ક્ષય લાગુ થઇ ગયો સમજો, અને ધીમે ધીમે ખીસાનું વજન હલકું કરતા જાઓ. પ્રાથમિક તપાસમાં જ તમે સરવાળો મૂકો, એટલે સાડીસતાણું પહેલી તકે સરી ગયા સમજો અને આગળ વધો.

અને વળી તમે જો પુરા બુદ્ધિમાન હો તો પછી આટલી લાંબી ચોડી તમારા શરીરની તપાસ અને યુક્તિભર્યા ડાકટરના અભિપ્રાય ઉપરથી તમે થોડા જ ડહાપણ દોડાવ્યા વગર રહેવાના? સોનાનાં ઇંજેકશન, બકરીના દૂધનો અભિપ્રાય અને કોડલીવર ઓઇલની જરૂર એ ક્ષયની નિશાની છે અને આપણે પૂરા ક્ષયના ભોગ થઇ પડયા છીએ.

એટલે લોકો કહે છે કે ક્ષય થયો એ બચે જ નહિ. તો હવે આપણી બાજી પણ હરિના હાથમાં !

અને એટલો નિર્ણય જ્યાં તમારા મનજીભાઇએ કરી લીધો તથા તેની દઢ છાપ અંતઃકરણ ઉપર બેઠી, એટલે પછી **'મને ક્ષય ! હું મરી જઇશ'** આ ચિંતવન દિલમાંથી નથી ખસતું અને મૃત્યુનો ભય શરીરનું શોષણ કરવા લાગે છે. તેમાં નથી હોતાં ક્ષયનાં જંતુ, નથી હોતો ક્ષય, કલ્પનાનો ક્ષય ઉભો કરી, તેના ચિંતવને તદ્રુપ બને છે. **यादृशी भावना यस्य, सिद्धिर्भवति तादृशी :** જેવી ભાવના તેવી સિદ્ધિ. વેદાંતમાં દૃષ્ટાંત છે કે ઇયળને ભમરી દંશ દે છે, એ તેના ઉપર ગુંજારવ કરે છે. તેથી તે ઇયેળ પણ ભમરીના ભયથી ભમરીમય બની જાય છે અને છેવટે પોતાનું શરીર છોડી ભમરી બને છે. એ જ રીતે ક્યાં બિચારી મામુલી ખાંસી ! ક્યાં ક્ષય ! અરે ભાઇ ! હવે તો દવાઓના વેપારીઓ એવી જાહેરાતો પણ દવા ખપાવવા માટે કરવા લાગ્યા છે ! પીંછાનો કાગડો, અને સસલાનો સાવજ ચીતરે છે. હમણાં જ મેં એક ખાંસીની દવા સ્વીટઝરલાંડની બનાવટની છે તેની જાહેર ખબર વાંચી. તેમાં લખે છે કે તમારી જરા પણ ખાંસી તે પેલા ક્ષયની નિશાની છે, માટે જરા પણ ખાંસી જણાતાં અમારી બનાવટ વાપરવા લાગો, અને થતા ક્ષયથી બચો ! ઓ વિદેશીઓ ! તમારી પેટંટોએ જ્યારથી હિંદુસ્તાનમાં પગપેસારો કર્યો ત્યારથી જ હિંદમાં ક્ષય વધ્યો. જ્યાંસુધી આર્યપ્રજા પોતાના આંગણાનાં અરડુશી, તુલસી, અને આકડા ઉપર નિર્ભર હતી ત્યાંસુધી ક્ષય એ તો રાજરોગ ગણાતો. જેમ વીર્યવર્ધક દવાના વેપારીઓ આખી દુનિયાને નપુંસક સમજી જાહેરાતના અખતરા માટે આકાશ–પાતાળ એક કરે છે અને એવા પ્રશ્નો અને ઉત્તરો ગોઠવે છે કે જરાક નબળાઇ થતાં મનુષ્ય પૂરો નપુંસક પોતાને માની લઇ ધાતુવર્ધક દવા લેવા જેમ લલચાય છે, તેમ ખાંસી અને ક્ષયની દવાના વેપારીઓ, સ્પેશીયાલીસ્ટો અને ક્ષયના દરદી ઉપર

ઉપકાર કરવાની દૃષ્ટિએ સર્જાતું સાહિત્ય–જાણે ક્ષયના રોગને દેશપાર કરતું હોય તેમ ક્ષયના વિષે ચેતવણી ઉપર ચેતવણી આપીને પ્રજાને એવી ભડકાવી મેલે છે કે જરાક તાવ અને ખાંસીનો સંયોગ સધાયો કે ક્ષય મૂર્તિમાન બની જાય છે! દરદી રહ્યું સહ્યું આત્મબળ એકઠું કરીને પોતાને ક્ષય નથી–એવી દૃઢતાનો કોટ રચવા જાય છે. પણ એક જ વાણીકટાક્ષના પ્રહારથી ડાકટર તેની બધી હિમ્મતનો વિનાશ કરે છે અને ક્ષયનો ભય તેના ઉપર તેના પરિચારકો બરાબર બેસારે છે. જુઓ થોડી વાનગી : કેમ ભાઇ ! હજી ખાંસી આવે છે અને શરીર તપે છે? રાત્રે પસીનો વળે છે? વજન કરાવ્યું છે? અરે! તમારૂં શરીર તો પહેલાં કરતાં લેવાઇ ગયું! હવે જલદી ચેતો! સાધારણ વૈદ કે ડાકટરનું આ ચિકણા વ્યાધિમાં કામ નહિ, કોઇ હુશિયાર વૈદ–ડાકટર શોધો! આળસ રાખવા જેવું નથી!

થોડો વિષયાંતર કરીને એક દૃષ્ટાન્ત ટાંકું. મને એ માટે વાચક ક્ષમા કરશે :

એક સમર્થ ગુરૂનો કરોડાધિપતિ રાજા શિષ્ય હતો. તે બહુ જ વિષયી માણસ. રણવાસમાં સાતેક રાણીઓ. તેનો વૈભવ બહુ ઉમદા, શરીર પણ મજબૂત, સંપત્તિ અઢળક અને સંસારના સુખની જરી પણ કમીના નહિ. રાત્રિ અને દિવસ મોજમજાહ તથા વૈભવવિલાસમાં જાય. માત્ર ગુરૂ ઉપર શ્રદ્ધા અને નિષ્ઠાએ દરરોજ સ્હાંજે દર્શન કરવા જાય. તેના ગુરૂને આ શિષ્યની માયા ઉપર મોહિની જોઇને તેના ઉદ્ધારની અને તેના વૃથા જતા જીવનથી તેને ચેતાવવાની ઇચ્છા થઇ. એક સાયંકાળે ગુરૂએ તેને ઉદ્દેશી કહ્યું: ' રાજન! આવતી કાલે તમે દર્શન કરવા આવો તે પહેલાં તમારા શરીરનું વજન તમારી છાતીનું માપ અને ચોવીશ કલાકમાં કેટલું જમ્યા, કેટલો વૈભવવિલાસ ભોગવ્યો, એ સઘળી હકીકતની મને કહેવા માટે નોંધ કરતા આવજો.

ગુરૂકૃપાએ હું તમને એક એવી અગત્યની વાત કહેવાનો છું કે જે પછી તમે આશ્ચર્ય પામશો. એ વાત એવી મહત્ત્વની છે કે મનુષ્ય પોતાની જીંદગીમાં એક જ વખત સાંભળી શકે છે અને અનુભવી પણ એક જ વખત શકે છે. તે સત્ય છે તેટલી જ સચોટ છે.' રાજાએ પૂછ્યું: 'મહારાજ! એવી વાત શી છે અને તેને આપે માંગેલી નોંધ સાથે સંબંધ શો છે?' 'ભાઇ! તેમાં એક જ ખૂબી અને રહસ્ય છે. માટે જાઓ, આનંદ કરો અને કાલે આ વખતે જરૂર આવો.' રાજાએ રાત્રિ નિત્યનિયમ મુજબ ગુજારી. બીજા દિવસે મહારાજે કહ્યા પ્રમાણે નોંધ લઇ દરરોજના સમયથી એકાદ કલાક વહેલાં મહારાજ સન્મુખ હાજર થઇને વિનતિ કરી: 'ગુરૂજી! આપે આજે મને જે રહસ્યભરી વાત કહેવાનું કહેલું, તે માટે હું ઉત્સુક છું.' ગુરૂએ કહ્યું: 'ભાઇ! તારી નોંધ ક્યાં?' 'હા, મહારાજશ્રી! લ્યો—જુઓ, સ્હાંજે શ્રેર ગયા પછી મારે માટે મગાવેલાં ફળોનો નાસ્તો. ત્યારબાદ ગરમ દૂધ પીને બગીચામાં ફરવા ગયો. સ્હાંજે દૂધ, પુરી મગજનું સારી રીતે ભોજન. રાત્રિના બે પ્રહર સુધી વૈભવ અને ક્રમવાર તમામ રાણીઓ સાથે વિલાસ. સ્હવારમાં સૂર્યોદય પછી ઉઠી ઉપાહાર. અગીયાર વાગ્યે ભોજન સાથે સંગીતનો સ્વાદ. શરીરનું વજન ત્રણ મણ સાડીબત્રીસ શેર. છાતીનો ઘેરાવો ૩૨ ઇંચ. મન આનંદમાં, શરીર પ્રફુલ્લિત, અને દરરોજનો લગભગ આ જ કાર્યક્રમ.'

'રાજન! ધન્ય, સંપૂર્ણ સુખી છો. વૈભવવિલાસમાં ખામી નથી, તેમ શરીરસંપત્તિ પણ સારી છે. કહો, ત્યારે આ નોંધ મારી પાસે રાખી તમોને જે વાત કહેવાની છે તે અત્યારે કહું અથવા કથાની સમાપ્તિ પછી બધા ભક્તો ચાલ્યા ગયા પછી?'

'મહારાજશ્રી! મારી આતુરતા એટલી બધી છે કે મને જલદી સંભળાવો તો જ સારૂં.'

'ભલે ત્યારે, રાજન! મને સમાધિસ્થ સ્થિતિમાં એક આદેશ થયો છે. એમાં તે બાબત તમને સંભળાવવાની સૂચના થઇ

છે. તેથી હું જણાવું છું કે આજથી એકવીશમા દિવસે મધ્યાન્હે તમારૂં મૃત્યુ થશે!'

ગુરૂવચન ઉપર સંપૂર્ણ વિશ્વાસ રાખનાર રાજાએ આ વાત સાંભળી. મોત હવે નજીક આવી પહોંચવા માટે તેને જરાયે સંશય રહ્યો નહિ. ધરતી ફાટે કે ઉલ્કાપાત થાય તે કરતાં પણ ભયાનક મૃત્યુના સમાચાર સાંભળી, રાજાએ અત્યંત વિહ્વળ બની, મહારાજ પાસે વિદાય માંગી. જતી વખતે મહારાજે કહ્યું: 'રાજન! હું સમજું છું કે આવા સમાચાર સાંભળી, તમારે રાજ્યની વ્યવસ્થા અને અનેક ઉપાધિઓની વ્યવસ્થા માટે જલદી ઘેર જવું જોઇએ. પરંતુ જે દિવસ તમારા મૃત્યુનો દિન છે તે જ દિવસે સ્હવારમાં અહીં આવી, ગુરૂદર્શન કરી જવાં, એવો મારા ગુરૂ મહારાજનો આદેશ છે અને એ વખતે પણ એક વાત તમને સંભળાવવાની ગુરૂઆજ્ઞા છે. એ વાત આજે મેં સંભળાવી તેથી પણ અધિક વિચિત્ર હશે અને તમે આશ્ચર્ય પામશો.'

ગુરૂવચન માથે ચડાવી રાજા તાબડતોબ ઘેર ગયો. ત્યારપછીના વીશ દિવસ ન રાજા મહારાજ પાસે દેખાયો, ન મહારાજે રાજાને યાદ કર્યો. એકવીશમા દિવસે સ્હવારમાં પગે ચાલી, રાજા મહારાજ પાસે આવી, દંડવત પ્રણામ કરી બેઠો. ઘડીભર મહારાજ પણ રાજાને ઓળખી શક્યા નહિ. બાદ મહારાજે કહ્યું: 'ઓહો રાજન! તમારૂં આ શરીર સૂકું કાષ્ટ જેવું થયું તેનું કારણ શું? માત્ર ૨૧ દિવસમાં એટલો તફાવત શાથી? એવો કષ્ટદાયક વ્યાધિ તમને શો લાગુ થયો છે કે શરીરનો ક્ષય થયો?' રાજાએ કહ્યું: 'મહારાજ શરીરમાં કોઇ વ્યાધિ નથી, રોગ નથી, કશું નથી, પરંતુ આપે જ્યારથી મારા મોતની આગાહી સંભળાવી ત્યારથી આજ દિવસ સુધી નથી અન્ન ખવાતું, નથી નિદ્રા આવતી, નથી વૈભવવિલાસ યાદ આવતો. આપ્ત-જન, કુટુંબ, પુત્રપરિવાર અને સ્ત્રીઓ સર્વ પ્રત્યે તિરસ્કાર આવે છે. જીવતા છતાં જગત શૂન્ય ભાસે છે. કદાચ રાત્રે થોડી નિદ્રા આવી તો તેમાં પણ જાણે હું ૨૧મા દિવસે મૃત્યુ પામ્યો છું અને પાછળ

રાજ્યની અવ્યવસ્થા થઇ રહી છેઃ મારી રાણીઓ, પુત્ર આદિ સહુ દુઃખી થાય છે, એવો આભાસ થાય છે. હવે તો એ દિવસ પણ આવી પહોંચ્યો છે. માત્ર ચાર છ કલાકનો વિલંબ છે. પરંતુ આપની આજ્ઞા પ્રમાણે જે વાર્તા આપે કહેવા મને કહેલું તે સાંભળવા અને છેવટ ગુરૂઝાંખી કરી લેવા આવ્યો છું. એટલે મને સંભળાવો, એ મૃત્યુ વખતે સાંભળવા જેવી મારી મહત્ત્વની વાત કઇ છે ?'

'ઓહો રાજન ! મૃત્યુનો આટલો ભય ? ત્યારે શું તું મરવા નથી ઇચ્છતો એમ જ ને ! રાજન ! જગત કોઇ અમર બન્યું નથી, પરંતુ દીર્ઘ જીવન તો ઘણા જીવી શકે છે. એવા તો અનંત દાખલા ઇતિહાસમાંથી મળે છે. માત્ર દીર્ઘ જીવન જીવવા માટે મનુષ્ય તરીકે જીવવું જોઇએ, પાશવક્રિયા કે સ્વેચ્છાચારી વર્તણુંક જીવનતત્ત્વનો વિનાશ કરીને દૂર રહેલા મૃત્યુને નજીક ઘસડી લાવે છે. પરંતુ એ જ્ઞાન અત્યારે તને નહિ આપું. માત્ર ગુરૂઆદેશ પ્રમાણે આજે તને જે વાત સંભળાવવાની છે તે એ છે કે આજે મધ્યાન્હે થવાનું તારૂં મૃત્યુ મોકુફ રહ્યું છે, અને બીજાં ૭૫ વર્ષનું આયુષ્યદાન ગુરૂમહારાજે તને કર્યું છે. તેના બદલામાં જો જીવન જીવવાની ઇચ્છા હોય તો ગુરૂઆજ્ઞા પ્રમાણે વર્તન રાખવાની શરત કરવી પડશે. બોલો, શી ઇચ્છા છે ?'

'અરે મહારાજ ! જો હવે આપ કહો છો તે પ્રમાણે જીવી શકું તો ગુરૂની ગમે તેવી આકરી શરત મને પાળવામાં વાંધો નથી. કદાચ ગૃહત્યાગ કરી પર્ણકુટીમાં રહું, અન્નનો ત્યાગ કરી દૂધભર રહું, વિલાસને ત્યાગી વિચારમય રહું, પણ પ્રભુ ! દેવને દુર્લભ આ મનુષ્ય-જીવન લંબાવો, એવી મારી આતુર અને નમ્ર પ્રાર્થના છે.'

આ દૃષ્ટાન્તનું રહસ્ય તો સમજાયું હશે. ભય એ માનવી માત્રનો મોટામાં મોટો દુશ્મન છે. આ પ્રકરણમાં લંબાણ થયેલ હોઇ ખાંસી, જીર્ણજ્વર આદિના અનુભવી અને સચોટ ઉપાયો આવતા પ્રકરણમાં આપવામાં આવશે.

卐

પ્રકરણ ૪થું

ચિકિત્સકો

કેટલાક ચિકીત્સકો મેં એવા જોયા છે કે દરદીની શરીર-તપાસ પછી તેમને, એવી વિચિત્ર મુખમુદ્રા, અભિનય અને વાત કરવાની શૈલીપૂર્વક અભિપ્રાય આપે છે કે દરદી અથવા તેના વાલી એમ સમજી બેસે કે હવે મહાન ભયંકર વ્યાધિમાં ફસાઇ પડયા છીએ અને એમાંથી છુટવું મહા મુશ્કેલ છે. આવો અભિપ્રાય આપ-વામાં તેમનો કદાચ એવો આશય ન હોય કે દરદીને ગભરાવી મૂકી, જેમ બને તેમ સારી રીતે પૈસા પેદા કરવા ! તેઓ અભિપ્રાય આપતા હોય માત્ર શુદ્ધ બુદ્ધિથી, જેમ બને તેમ જલદી વ્યાધિ પ્રત્યે બેદર-કાર નહીં રહેતાં તાત્કાલિક સારવાર અને ઔષધોપચાર કરી રોગ-મુક્ત થવું; અથવા એમ કહીએ કે રોગ અને દુશ્મનને ઉગતા દબાવવા, એ કારણે એવા અભિપ્રાય તેઓ આપતા હશે. પણ તેનું એવું વિપરિત પરિણામ આવે છે અને દુર્ભાગ્યે જો એ અભિપ્રાય દરદીએ પોતે સાંભળ્યો હોય છે તો તેના મન ઉપર એટલી સજ્જડ અને ખરાબ છાપ પડી જાય છે કે તેને કાઢવી એ મહા મુશ્કેલ થઇ પડે છે. મારા તાજા અનુભવનો અંગત દાખલો ટાંકું :

મારા એક સંબંધી વીશ વરસના યુવાનને થોડો વખત પહેલાં એક ઉલટી થઇ અને તેમાં લોહી પડયું. જે વેળાએ લોહી પડેલું તે વખત પહેલાં એકાદ બે વાર તાવ આવી, ઉપચારના અંતે ઉતરી ગયેલો. પણ એકાએક લોહી પડતાં યુવાન ગભરાયો અને સ્થાનિક એકાદ બે ડાકટર તથા વૈદ્યને શરીર બતાવવા ગયો. શરીર બતાવતાં પહેલાં પોતાને લોહી પડવાની હકીકત ચિકિત્સકને કહી સંભળાવતાં, શરીરમાં તાવ નહોતો, ખાંસી નહોતી પણ લોહી પડયું તેનું કારણ પૂછ્યું.

એક ડાકટરે સંપૂર્ણ તપાસ પછી આ ભાઇને અભિપ્રાય આપી દીધો : 'તમને ક્ષયની શરૂઆત હોય તો ના નહિ, કારણ કે અત્યારે ક્ષય અનેક કારણો અને ગુપ્ત ચિહ્નોએ જુદા જુદા રૂપમાં ઝપાટાબંધ વધી રહ્યો છે, માટે તમારે ચેતવું જોઇએ.' ડાકટરને મળ્યા પછી એ જુવાન એક વૈદ્યરાજને મળ્યો. તેઓ બીજા ધંધા ઉપરથી તાજા જ વૈદક ઉપર સરી પડેલા, પરંતુ દેખાવ અને ભપકો તથા વાત કરવાની એટલી સરસ શૈલી કે દરદી અંજાઇ જાય. એ ભાઇએ પણ અરધું દેશી, અરધું વિલાયતી, અરધું હકીમી વાતનું ઉંધીયું બાફ્યું કે તેની આ ફુલજુવાન આદમીને પત્થર ઉપર સીસાના લેપ જેવી સજ્જડ અને સચોટ છાપ બેઠી કે છાતીમાંથી લોહી પડયું એ ક્ષયની પ્રાથમિક નિશાની છે, અને બન્ને પક્ષ—ડાકટર તથા વૈદ્ય ચેતવાનું કહે છે, તો હવે જલ્દી કરો.

તરત મને તાર થયો. સગાનું કામ હોઇ મારે જવું જ જોઇએ. પહોંચ્યા પછી તેમના ઘરનું અને સગાંઓનું વાતાવરણ જોયું તો જાણે કે મોટી આફતમાં પડી ગયા હોય તેમ લાગ્યું. ગમગીની આખા ઘરમાં પથરાયેલી. દરદી પથારીમાં પડી રહેલ અને હોશકોશ ઉડી ગએલા જોઇ મને આશ્ચર્ય થયું. ત્યાં એવું આંદોલન ચલાવી મૂકેલું કે દરદીને દરેક ઘડીએ લાગ્યા કરે કે એ મહાવ્યાધિમાં ફસાઇ પડયો છે અને તેણે સાવચેત રહેવું જોઇએ ! જો ચિકિત્સક તરીકે, હું એ જ વખતે 'તમને કંઇ વ્યાધિ નથી, માત્ર તમે ખોટા વહેમ કરી રહ્યા છો' એવો અભિપ્રાય આપું તો તેઓ માનવા તૈયાર નહોતા. એથી દરદીને એ સ્થળ છોડાવવું અને મારી પાસે રાખવો એ આ દરદી માટે સારૂં ઔષધ મને લાગ્યું, એટલે મેં એ લોકોને જણાવ્યું કે 'જો ભાઇને પહેલી તકે સારા કરવા હોય તો તેમને મારે ત્યાં રાખવા પડશે. તમારા માનવા પ્રમાણે અને ડાકટર—વૈદ્યના અભિપ્રાય પ્રમાણે વ્યાધિ છે કે કેમ તે વિષયમાં હું નિર્ણય અને નિદાન કરીને પછીથી ચોકસ કરીશ.'

બીજી ટ્રેનમાં તેને મારા સ્થાન ઉપર લઇ આવ્યો. બીજા કોઇને સાથે આવવાની મના કરેલી. એ ભાઇ મારે ત્યાં આવ્યા પછી પણ

આખો દિવસ ઉંડા વિચારમાં બેસી રહે અને પોતાનું શું થશે એ ચિંતવન છોડે નહિ. મારી વૈદ્ય તરીકેની તપાસ પછી તેમને લોહી પડવાનું કારણ મને જણાયું.

એમને મેલેરીયા તાવ આવ્યા પછી દવામાં ક્વીનાઇન મીક્ષ્ચર આપ્યું. પણ ફરી ફરી તાવના ઉથલા થાય અને મટે નહિ. એ માટે એમણે ઘર આગળ એ પછી તાવ નહિ હોવા છતાં દરરોજના પંદર ગ્રેન ક્વીનાઇન પોતાના હાથથી લેવું શરૂ કર્યું અને એ પછી વીશ દિવસ લીધું. દરરોજના દવાના મારાથી તાવ તો આવ્યો નહિ પણ લોહી તપેલું રહેતું, મગજ શૂન્ય રહેતું અને સાંજના વખતે શરીર તપી જતું હોય એવું લાગે. એ અરસામાં આ લોહી પડવાનો પ્રસંગ બન્યો અને ભાઇ વહેમાયા !

ઘેર લાવી એ બિરાદરને દવા શરૂ કરી. લીલી ગળો તોલા ૨॥ ભાર, કરીયાતાની પાંદડી ૨॥ ભાર, ધાણા અઢી ભાર અને ખડસલીઓ પિત્તપાપડો અઢીભાર, સુંઠ એક રૂપીયાભાર–એ બધાંને સાથે ખાંડી માટીના વાસણમાં તે ખાંડેલામાંથી અઢીભાર ભુકો અરધા શેર પાણીમાં સાંજે પલાળી રાખતા. સ્હવારમાં ચોળી ગળી લઇ જરા મધ મેળવી, પાંચ રૂપીઆભાર પાણી આપતા. એ જ પ્રમાણે બપોરે અને સાંજે બીજી દવા તરીકે મધમાં ચાટવા પડીકાં આપતા અને તેમાં આહનનું ચુર્ણ વાલ ૧, કમરકાકડીનું ચુર્ણ વાલ ૧, વાંસકપુર રતી ૨, સાચા મોતીની પીષ્ટી રતી ૧, વસંતમાલતી રતી ૨. રાત્રે સુતી વખતે શેકેલી ભાંગ રતી ૨ અને મરીનું ચુર્ણ રતી ૧ નું પડીકું મધમાં ચટાડવવામાં આવતું.

એક બાજુ આ દવા શરૂ કરી. તેમાં જે હીમ અપાતું તે પૈકીમાં ગળો અને કરીયાતું પિત્તશામક અને પેશાબને સાફ લાવવાનું કામ કરવા ઉપરાંત રક્તની શુદ્ધિ કરતાં. કટુ પૌષ્ટિક તરીકે એ ઉમદા

કામ કરે છે; જ્યારે ખડસલીઓ કવીનાઇનની ગરમાઇ હરી લેવામાં અને રૂંવે રૂંવે રહેલી જીર્ણ મેલેરીયાની અસરને નાબૂદ કરવામાં ઉત્તમ કામ કરે છે. તેમ જ ગમે તેવા જીર્ણ જ્વરનો નાશ કરી, દરદીને ભૂખ લગાડી, ચેતનવંતો સ્ફુર્તિમાન બનાવે છે. પેશાબ એકદમ સાફ આવવા લાગે છે અને ગમે તેટલા વખતથી પીળો કે લાલ આવતો હોય તેને સુધારી સફેદ પાણી મીસાલ બનાવી આપે છે. મધની સાથે અપાતી દવાઓની યોજનામાં આહન શક્તિવર્ધક, હાડકાને મજબૂત બનાવનાર પદાર્થ હતો. કમરકાકડી પિત્તશામક અને દાહનિવારક, જ્યારે વાંસકપુર, મોતી, વસંતમાલતી હતાં ઉત્તમ કેલસ્યમો, જે મગજ અને હૃદયને બહુ ધીમી ગતિએ સંગીન ટોન આપી શક્તિનો ધીમો પ્રવાહ વહેવરાવનાર છે. અને રાત્રે અપાતું ભાંગનું ચુર્ણ દરદીના સંકલ્પો બંધ કરી મીઠ્ઠી ઉંઘ લાવી આપી, ખાધેલા આહારને પાચન કરવાનું કામ કરનાર અને શાંતિ આપનાર છે.

. . . .

દરરોજ અમે સાંજે બે માઇલ ફરવા જતા અને દરદીના ઉપર બેઠેલી છાપ નાબૂદ કરવા હું એવી વાતો છેડતો કે દરદી ખૂબ ખુશ થઇ જાય. ભાઇ હતા મેટ્રીક પાસ થયેલા અને તરંગી સ્વભાવના, એટલે મારી વાતોમાં પણ તેઓ દલીલ અને શંકાઓની પરંપરા ચલાવતા. છતાં હું લાંબા કાળથી આવા દરદીઓથી ટેવાયેલો હોઇ કંટાળું એવો ન હતો. મેં કહ્યું: 'ભાઇ, ક્ષયનો આપણે શબ્દાર્થ કરીએ. ક્ષય એટલે હ્રાસ—ઘટવું. જે ઘટે તે વધે એ નિઃસંશય છે. ચંદ્રની કળા ઘટે છે ત્યારે જ વધે છે. સમુદ્રમાં પણ ભરતી ઓટ—વધવું ઘટવું થાય છે, વનસ્પતિમાં પાનખર ઋતુએ ઘટે છે અને ફરી નવપલ્લવિત થાય છે ત્યારે વધે છે. જુઓ આ જમીન ઉપર લાગેલી ધરો. એને કાપી કાઢી ઘટાડો તો તે ખૂબ વધવાની. જુવો આ મેંદીની કનાત. તેને કાપી કાઢી માળી ઘટાડે છે ત્યારે તે બમણા જોરથી વધે છે. માટે ઘટવું એ બમણા જોરથી વધવાની નિશાની છે. મેં એવા દરદી

જોયા છે કે જેઓ ખૂબ બિમારીથી ઘટયા પછી ખૂબ લાલ લોહીથી તગમગતા અને વધી રહેલા હોય.'

મારી વાતો પછી એ ભાઇ કહેતાઃ 'વૈદ્યરાજ! તમારા દાખલા-દલીલ ક્ષયને જરાએ લાગુ નથી પડતા. ક્ષય થયા પછી ભલે ઉપલક દૃષ્ટિથી દરદી સુધરતો જણાય પણ તેનું વજન કરવાથી તે દર અઠ-વાડીએ અથવા પખવાડીએ ઘટતો જ જાય છે અને ચોક્કસ પહેલાંના વજન કરતાં તેનું વજન ઘટેલું જ હોય છે.'

ઓ શરીરના વજન કરવાના કાંટાના શોધનારાઓ! ઓ તાવ માપવાનાં થરમોમીટર શોધનારાઓ! તમે જગત ઉપર કેટકેટલો ઉપકાર કર્યો છે? તેથી તમારી છાતી સવાસવા ગજ ફુલતી હશે; પણ એ સાથે નબળા મનના માનવીઓની તમારાં એ ચકચકિત યંત્રોએ આડકતરી રીતે કેવી અવદશા નિપજાવી છે તે જો તમારે જાણવું હોય તો, હોંશી ભિખારી હૈયાના ગૃહસ્થો કે જે સારાં સાધનો વસા-વવામાં આનંદ માની, ઘરઉપયોગ માટે કાંટા અને થરમોમીટર રાખી વિના કારણે શરીરનું વજન કરે છે અને વિના કારણે બગલમાં થરમો-મીટર રાખી લોહીનો વેગ તપાસે છે; અને એ જડ છતાં ચૈતન્ય, ઉપકારી છતાં અપકારી યંત્રોના ભરોંસે મનના મદારે ઉડવા માંડી શરીરનું સત્યાનાશ વાળે છે તેમની સ્થિતિ તપાસજો.

બને છે એવું કે એકાદ વખત સાધારણ કારણે કે વહેમને લીધે કાંટાથી તોલ કર્યા પછી ફરી અઠવાડીએ તોલ કરવાની ખાએશ ધરાવ્યા પછી, એ અઠવાડીયાના સાત દિવસોમાં અનેક વખત શરીરના વજન માટે વિચાર કર્યા કરે છે, અને વજન ઘટયું હશે? શરીર ઠીક નથી રહેતું! ખોરાક લેવાતો નથી! અશક્તિ વર્તાય છે! દસ્ત સાફ નથી! સાંજે શરીર ભારે થાય છે! એવી હાલતમાં વજન ઘટયા વિના રહે જ નહિ, ચોક્કસ ઘટતું જ જાય છે! ઘટેલું જ છે! આ દરરોજનો એમનો વિચારવિનિમય અને ઇચ્છાશક્તિ વજન ઘટવાની તરફેણમાં

પુરજોશમાં દોડી રહેલ હોય છે. પરિણામ એ આવે છે કે જ્યારે વજન કરાય ત્યારે જરૂર એકાદ બે રતલ વજન ઓછું થયું હોય છે. તેમાંય જો વજન કરવાના કાંટાનો ઇસ્કુ કોઇએ ઢીલો બનાવી દીધો હોય અને એના પરિણામે કાંટાએ પોતાનું સમતોલપણું ગુમાવ્યું હોય અને ભાઇજી વજન કરવા ચઢયા તથા પાંચેક રતલ વધારે ઘટેલું જોયું કે આવી બન્યું! પછી તો દોડાદોડી, મારામારી, અને વૈદ્ય–ડાકટરોના પોબાર! અને થરમોમીટર! અરે ભાઇ, એને તો એક દિવસની યે નિરાંત નહિ. જરાક બેચેની જણાય એટલે કાઢતાં કે આ શરીરમાં લગાડયું અને સવારમાં ૯૮ હોય તથા સાંજના જો સાડીઅઠાણુ થયો કે ભોગ મળ્યા! વીલું ડાચું કરી એનો બાપ અત્યારે મરી ગયો હોય એવા લમણાં કુટી જવાનાં!

ઓ બિરાદરો, રોગમુક્તિ કરવા ઇચ્છા હોય અને જલદી સારા થવા મરજી હોય તો એ રગડાને ગટરમાં પધરાવી દેજો રે ભાઇ! એ તમારા કાટાંનો કાંટો હૃદયમાં ન ભોંકાય તેથી સાવચેત રહેજો રે ભાઇ...તમે માંદા છો, બિમાર છો, એ ભૂલી જજો રે ભાઇ!

જુઓ આડી વાતે ચઢી ગયા. ખરેખર વાત તો અનુસંધાનની છે. પેલા ભાઇ માટે ઉપચાર શરૂ હતા. છતાં એમને મારા વિચારો સાથે સહમત બનાવવા મારે બીજો અખતરો અજમાવવો પડયો. તે આ રહ્યો. રાત્રે ભાંગની ગોળી તેઓ લઇ સુતા અને બરાબર ઉંઘમાં પડતા, ત્યારે હું તેમની પથારી પાસે જઇ તેમની નજીક–બહુ નજીક બેસી ભ્રૂકુટી (બે નેણની વચ્ચે) ઉપર મારી નજર સ્થિર કરી, મારા સંકલ્પબળને એકઠું કરી, તેમને મારા વિચારના બનાવવા ત્રાટક કરતો. પાએક કલાક પછી એમના શરીર ઉપર થોડું માર્જન કરી, હું ચાલ્યો જતો અને મારા સ્થાનમાં ગયા પછી મારી ઇચ્છાશક્તિનો પ્રબળ પ્રવાહ તેમની તરફ વહેવડાવતો–આ ક્રિયાનું પહેલે દિવસે જ બહુ સરસ પરિણામ આવ્યું. તેઓ સવારમાં ઉઠતાં જ ખુશમિજાજમાં

જણાયા. સ્હવારનો નાસ્તો લીધા પછી ફરવા ચાલ્યા ગએલા. આખો દિવસ બહુ આનંદમાં રહ્યા. સાંજે જ્યારે અમે સાથે ફરવા ગયા ત્યારે તેમણે કહ્યું: 'વૈદ્યરાજ! ત્યારે મારો વ્યાધિ તમે માનો છો કે ક્ષય નથી જ?' મેં જણાવ્યું: 'ચોક્કસ નથી, હરગીજ નથી. માત્ર તમોને લાંબો વખત આવેલ મેલેરીયાએ અશક્ત કર્યા છે અને ક્વીનાઇનની હદ ઉપરાંતની ગરમાઇના પરિણામે તમને લોહી પડયું છે. તે લોહી પડવાનું કારણ નથી ક્ષય કે નથી રક્તપિત્ત. ઘણા યે દરદીઓને આવા તાવમાં નસકોરી ફુટી મગજમાંથી લોહી પડી જાય છે, જ્યારે તમોને ફેફસામાંથી લોહી પડયું છે. એ ખાતે તમારે બેફિકર રહેવું, અને તમે માત્ર એકાદ મહિના પછી તદ્દન સારા થઇ જશો.'

આ વાત ઉપર એમને શ્રદ્ધા આવી અને તે સહમત થયા. એનું ખરૂં કારણ રાત્રિનો મારો અખતરો હતો. એ ભાઇને એક મહિના સુધી ઉપરની દવા આપ્યા પછી, તેમને ઘેર મોકલવામાં આવ્યા. સાથે બીજી એક મહિનાની દવા તરીકે જીવન (ચ્યવન પ્રાશાવલેહ) અને માત્ર ત્રીશ ગોળી ચંદ્રોદયની આપેલી. અને વળી એક શિખામણ આપેલી કે આટલી દવા પૂરી કર્યા પહેલાં તમારે કોઇ પણ વૈદ્ય કે ડાકટરને મળવું નહીં, અભિપ્રાય લેવો નહીં અને વજન કરાવવું નહીં. બીજા એક મહિનાનો એ દવાનો કોર્સ પૂરો કર્યા પછી એમણે શરીરનું વજન કરી પત્ર લખેલો જેમાં સતર રતલ વધવાનું તથા સંપૂર્ણ તન્દુરસ્તી આવી જવાનું લખાઇ આવેલું.

આ ઉપરથી હું જણાવવા એ માગું છું કે જો દરદીને ચિકિત્સકોએ કે આપ્તવર્ગોએ ખોટી ભ્રાંતિ કે વહેમ ઉપર ચઢાવી દીધો હોય છે તો તેને દવા આપી રોગ સારો કરવાની મહેનત કરતાં તેનો વહેમ ટાળવાની મહેનત બહુ મુશ્કેલીભરી થઇ પડે છે, અને છેવટ આત્મબળ કે ઇચ્છાશક્તિનો આશ્રય લેવો પડે છે.

આવા કેસોમાં વપરાતા નિર્ભય છતાં સચોટ, સાદા છતાં અત્યંત ઉપયોગી મનાતા થોડા નુખસા આપું છું. તે મારા હાથથી સેંકડો વખત અનેક દરદીઓ ઉપર વપરાયા છે અને સંપૂર્ણ નિર્ભય છતાં સદ્યફળ આપવાળા છે:

(૧) ખાંસીની ગોળી

એલચી તોલા ૪, લવીંગ તો. ૪, બેડાની છાલ તો. ૪, વરીયાળી તો. ૪, ચોકખો કાથો તો. ૪, કાળાં મરી તો. ૪, જેઠીમધ તોલા ૪, જેઠીમધનો શીરો તો. ૧૬, ઇલમેટનાં ફુલ તો. ૧.

સર્વને વાટી પાણી નાંખી વટાણા જેવડી ગોળી બનાવી રાખવી.

ઉપયોગ

ખાંસી થઇ આવે, મોઢું ન મળતું હોય, સળેખમ પછીની ખાંસીમાં અથવા કોઇ પણ કારણથી થયેલી ખાંસીમાં ગોળી મોઢામાં રાખી રસ ચૂસવાથી ખાંસી બંધ કરે છે. કફ સહેલાઇથી નીકળી ગળાને સુંવાળું-મુલાયમ રાખે છે. જે ખાંસીમાં ગળામાં ચરચરાટ થયા કરે છે અને મિનિટ મિનિટમાં ખાંસી ત્રાસ આપે છે તેને માટે અપૂર્વ ગોળી છે. બજારમાં મળતી અત્યંત મોંઘી મોઢામાં રાખવાની ખાંસીની ટીકડીઓ કરતા ગુણમાં ચઢીયાતી છે. ખાંસી મટે છે, ખાંસીથી બેસી ગયેલો સાદ ઉઘડે છે અને લાંબા વખતના સેવનથી ફરી ખાંસી થતી નથી.

(૨) ઉગ્રરસની ગોળી

આકડાના ફુલનાં મીંજ (રવૈડાં) શેર ૧, લવીંગ શેર ૧, ઉંચી જાતનો કાથો શેર ૧ ત્રણ વસ્તુને ભેગી ખાંડી તેનો લોચો બનાવી તપેલીમાં ભરવો. પછી તે તપેલી કરતાં જરા મોટા મોઢાની તપેલી લઇ તેમાં પાણી શેર ૨ ના આશરે મુકી તે તપેલી ઉપર ચારણી

મૂકી તે ચારણીમાં પેલી ભુકાવાળી તપેલી ઉંધી પાડી તે બેઉ તપેલીઓને સગડીમાં કોલસા સળગાવીને ઉપર મૂકવી. એટલે પાણી વરાળ થઇ ચારણીના છિદ્રમાં થઇ તપેલીમાંના ભુકાને બાફી નાંખશે. તે બફાયા પછી તેને ઝીણું વાટી વટાણા જેવડી ગોળી વાળવી.

ઉપયોગ

બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે ગળવાથી કફવાળી અથવા કફ વગરની ખાંસીમાં અજબ ફાયદો કરે છે. માત્ર સાદી છતાં ઉપયોગી બનાવટ છે. હરકોઇ સાધારણ માણસ આ ઔષધને પોતાને ઘેર બનાવી વાપરી શકે છે.

(ઠ) અજબ અવલેહ

ભોરીંગણીનું પંચાંગ લીલું રતલ દશ લાવી તેનો ખોરકુટો કરી (છુંદી)ને ચાર મણ પાણીમાં ઉકાળવું. જ્યારે એક મણને આશરે બાકી રહે ત્યારે કપડે ગાળી લઇ તે ઉકાળાને કઢાઇમાં નાંખી ગળો, ચવક, ચિત્રક, મોથ, કાકડાશીંગી, સુંઠ, મરી, પીંપર, ધમાસો, ભારીંગમૂળ, રાસના, વડકચુ મેળવવું. ત્યારપછી સાકર એંશી તોલા, ઘી બત્રીસ તોલા, સરસીયું તેલ બત્રીશ તોલા મેળવી ઉકાળામાં નાંખી, ઉકળતાં ઉકળતાં જ્યારે માવા જેવું થાય ત્યારે ટાઢો પડી, મધ બત્રીસ તોલા, વાંસકપુર સોળ તોલા, પીંપર સોળ તોલાનું ચૂર્ણ કરી તેમાં નાંખી, હલાવી કાચની બરણીમાં ભરી રાખવો.

ઉપયોગ

જુના વખતની ખાંસી, વૃદ્ધ અવસ્થાની કફવાળી ખાંસી, દમ અથવા શ્વાસનળીની ખાંસી અને જે ખાંસીએ જીર્ણ સ્વરૂપ પકડયું હોય, તેવા સઘળા વ્યાધિવાળાને સવાર સાંજ બબ્બે તોલા આ અવલેહ અઢી રૂપીઆભાર પાણી સાધારણ ગરમ કરી તેમાં પીગળાવી

પીવરાવી દેવાથી મેાટી મેાટી રસમાત્રાએા જે ફાયદેા નથી કરતી તે આ કાષ્ટિક ઔષધથી બનેલ અવલેહ-ચમત્કારિક નિર્ભય ઔષધ ફાયદેા કરે છે. દશ વર્ષની જૂની ખાંસી અને જુનેા દમ-જે લેાકેામાં કહેવત છે કે દમ થયા પછી મટતેા નથી-તેવા દરદી શ્રદ્ધા રાખી, છ મહિનાનું સેવન કરે તેા જીંદગી સુધરી મૂળમાંથી વ્યાધિ નાબૂદ થાય છે. ઇંજેકશનેા, પેટંટેા અને દમનાશક બીડીએાનેા ઉપયેાગ કરી થાકેલા ગૃહસ્થેાએ આ અવલેહ અજમાવવા જેવેા છે. જેમને મૂળમાંથી આ વ્યાધિ નાબૂદ કરવેા હેાય તેમણે અવલેહ ચાલતેા હેાય તેની સાથે અભ્રક, સુવર્ણવસંતમાલતી, પ્રવાલભસ્મ, અને વાંસકપુર તથા છીપ ભસ્મનાં બે બે રતીનાં પડીકાં બનાવી દરરેાજ એક વખત મધ સાથે ચાટી લેવું. આંબલીની ખટાશ, અને લીલું મરચું ત્યજવું, જેથી પુનર્જીવન મળે છે. જીર્ણ તાવ, અશક્તિ, ક્ષીણતા અને કફ તથા વાતપિત્તના દેાષને જીતી લે છે.

(૪) વર્ધમાન પીપળી પ્રયેાગ

વલસાડી ઉંચી જાતની લીંડીપીંપર લાવીને તે પીંપરમાંથી દરરેાજ ગાયના દૂધમાં ગરમ કરતી વખતે પ્રથમ દિવસે એક, બીજે દિવસે બે નાંખવી. એમ દરરેાજ એકેક વધારતા જતાં પંદર પીંપર થાય એટલે એકેક ઘટાડી ૧ થાય ત્યાંસુધી વધુ ઘટ્ટ કરી એક મહિના સુધી આ પ્રમાણે પ્રયેાગ કરવાનેા છે. દૂધનેા એક ઉભરેા આવે એટલે નીચે ઉતારી પીંપર પ્રથમ ચાવી જઇ ઉપર દૂધ પી જવું. પીંપરનું પ્રમાણ વધે અને જરૂર જણાય તેા દૂધ વધારવું. ખેારાક તેલ મરચાં વગરનેા લેવેા. જમણ અને-ભજીયાં, પાતરાં તેમ જ બજારૂ મીઠાઇ કે ચવાણામાંથી બચી પ્રયેાગ કરવામાં આવે તેા, જીર્ણ જ્વર, ખાંસી, માંદગી, અને અરૂચી તથા તાવ પછીની નબળાઇમાં એટલેા ઉત્તમ ફાયદેા કરે છે કે મનુષ્યેાને મેાંઘી દવાએાના ખરચાથી બચી જવાય છે. માત્ર આ પ્રયેાગમાં નિયમિત આહાર લેવેા અને દૂધ ગાયનું લેવું એ ખ્યાલ રાખવા જેવું છે.

શિતોપ્લાદી ચુર્ણ

સાકર તો. ૧૬, વાંસકપુર તો. ૮, પીંપર તો. ૪, એલચી તો. ૨, તજ તોલો ૧ આ પાંચે ચીજને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ કરી રાખવું. તેનું નામ શિતોપ્લાદી ચુર્ણ. સાદી અજબ ગુણવાળી આ દવા દરેક કુટુંબ–ઘરમાં હોવી જ જોઇએ. સાધારણ ખાંસી, તાવ, જીર્ણ જ્વરથી માંડી ક્ષયની ખાંસી સુધી નિર્ભયતાથી અપાય અને ચોક્કસ ગુણ કરે એવી આ દવા છે. એકથી ૨ વાલ મધ સાથે ચાટી લ્યો અને ખોરાકમાં નિયમિત થઇ જાઓ તો શ્વાસનળીના, મગજના અને ફેફસાના થતા બધા વ્યાધિઓમાં ચોક્કસ અપૂર્વ ફાયદો કરે છે. સાધારણ શરદી, સળેખમ કે ઋતુના ફેરથી થઇ આવેલી ખાંસીમાં ત્રણ વખત દિવસમાં બબ્બે વાલ મધ સાથે ચાટી જુઓ અને પછી તેના ગુણનો વિચાર કરો. આ ચુર્ણ સાથે ક્યારેક ગળોસત્ત્વ, બાર-પહોરી પીંપર, અને ત્રિભુવન કીર્તિ એકેક રતી મેળવી લેવાથી અજબ ફાયદો કરે છે. બજારૂ વાંસકપુર બનાવટી આવે છે. માટે શીતોપ્લાદીમાં નાંખતાં પૂર્ણ ખાત્રી કરવી. આ અને આવા અસંખ્ય, આયુર્વેદના ઉદરમાં ઉત્તમ પ્રયોગો ભર્યા છે, પરંતુ આજે તો મીઠા સાગર–સરોવરના બેસનાર મુસાફર તૃષાતુર થાય ત્યારે ઝાંઝવાના નીર તરફ દોડે, તેવી હિંદની વિશ્વાસઘેલી પ્રજાની સ્થિતિ છે. પ્રભુ! હિંદનાં સંતાનોનાં ધન, ધર્મ અને પ્રાણની રક્ષા માટે, તેમને સદ્બુદ્ધિ આપી, દેશનાં અમૂલ્ય ઔષધરત્નો તરફ વાળે એ ઇચ્છાએ હાલ તો આટલેથી જ અટકીએ. હવે પછી બીજા ચમત્કારિક પ્રયોગો રજૂ કરીશું.

卐

પ્રકરણ ૫મું

દંતમંજન

ખરી રીતે જો કહીએ તો દાંતની આટલી સાવચેતી, ચેતવણી અને તેમાં થતા રોગો સંબંધી લોકોમાં ખૂબ પ્રચાર કર્યો હોય તો તે દાંતના ડાકટરો–ડેન્ટીસ્ટો અને દંતમંજનના વેપારીઓએ જ કર્યો છે. હું તો માનું છું કે દાંતમાં થતા પાયોરીયા રોગના પુરાણનું એવડું મોટું પુંછડું વધારી મૂકયું છે કે જરા પણ દાંતમાંથી લોહી આવ્યું કે પેઢાં ઉપસ્યાં કિંવા કળતર થયું, એટલે એમાંથી પાયોરીયા થશે કે થયો છે, એવી સલાહ આપીને, બગડતો દાંત કઢાવી નાંખવાની તેઓ સુંદર સલાહ આપી દે છે. અને આજે જુવો તો જીંદગીના બે ત્રણ દશકા વીત્યા હોતા નથી તે પહેલાં તો કુદરતી બક્ષીસના દાંતો કઢાવી નાંખી તે જગ્યાએ દાડમની કળી જેવા બત્રીસે દાંતનાં ચોકઠાં પહેરી ફરતા યુવાનો દેખાય છે. માટીના પુતળાને સોનાના દાગીના પહેરાવી શોભાયમાન કરવામાં આવે તેમ આ માનવદેહો કૃત્રિમ ચોકઠાથી શોભાયમાન બને છે ત્યારે વીશમી સદીની બલિહારી બોલી જવાય છે.

આંખે ચશ્મા અને મોઢામાં ચોકઠાં જો કોઇ સીતેર એંશી વરસનો વૃદ્ધ નજરે જુએ તો તેને બિચારાને જૂની આંખે નવો તમાશો જોવા જેવું લાગે; કારણ કે એના જમાનામાં તો સેંકડે એકાદ ચશ્મા પહેરનારો મળે અને દાંત–અરે દાંત તો એંશી વરસ થાય ત્યાંસુધી અખંડ કાચા ચણા અને બાજરીનો ટાઢો રોટલો ખુશીથી ખાય એવા રહે. એ વખતે ચોકઠાંની શોધ નહોતી થઇ અને જરૂર પણ નહોતી.

ત્યારે કોઇ કહેશો કે આટલા દેખરેખભર્યા જાગતા જમાનામાં રોજ ઉઠીને જનાવરના પુંછડા અને મરેલા મુડદાના હાડકાના દાંતાથી બનેલાં બ્રશોથી અને મજેનાં ખુશબોદાર પેસ્ટો અને દંતમંજનોથી

રોજબરોજ સંભાળ લેવામાં આવે, ઘસવામાં આવે, મહિને બે મહિને ડેન્ટીસ્ટો પાસે દાંત સાફ કરાવવા, દાંતની આગળ, પાછળ, ઉંચે, નીચે, મૂળમાં અને મધ્યમાંથી ખોતરી ખોતરીને, જાણે પત્થરની દીવાલમાં બાકોરૂં પાડવા ખાતરીયું લઇને ઘરફાડુ ખૂબ યુક્તિથી એકબીજા પત્થરમાં લાગેલા સાંધાને ખોતરીને એકાદ પત્થર ધીમે રહીને ખેરવી પાડી આખી દીવાલનું સત્યાનાશ કાઢી નાંખે, એમ દાંતને ચોખ્ખા કરી મુકાય; છતાં આટલી આટલી જહેમત, કાળજી અને મહેનત કરતાંય બત્રીસ વરસે બત્રીસી અને બેંતાલીસે બેંતાલા ચઢે એનો કોઇ ઉતર આપશો કે ?

જે યુગને અભણ, બિનકેળવાયેલો. અવૈજ્ઞાનિક કહેતા એ યુગના માનવીઓની શારીરિક સુધટ્તા અને દઢતા સાથે આજે પાણીના પરપોટા જેવી કેળવાયેલા જમાનાની જનતાને સરખાવશો ?

માની લેવું ઘટે કે જ્યારે આવાં જંતુઘ્ન દંતમંજનો મળતાં નહોતાં, જે વખતે ડેન્ટીસ્ટો જન્મ્યા નહોતા, તે વખતે તો એ લોકોના દાંતમાં જંતુ પડી જઇ તેઓ દશ વીશ વરસમાં જ નાશ પામી જવા જોઇએ। તેમના દાંત દરરોજ સ્વચ્છ ખુશબોદાર દંતમંજનોથી સાફ નહિ થતા હોવાથી, તેમના મોઢાની દુર્ગંધી માઇલો સુધી પ્રસરતી હોવી જોઇએ! છતાં એમના અખંડ દાંતો કે જે દાંતો જીવતાં પહેલાં ભાગ્યે જ પડતા અને જો પડી જાય તો ફરીથી નેવુ કે સો વરસે નવા આવતા, એનું કારણ સમજાય છે ?

જૂના જમાનાને સંભારી વાતો કરવી એ અરણ્યરૂદન જેવી વાત લાગતી હોય અને મારી આ વાતોથી કંટાળવા જેવું થતું હોય તો માફ કરશો. પણ હું ખાત્રી આપું છું કે જે વસ્તુ જ્યાં ખોવાઇ હોય ત્યાંથી જ શોધો તો જડે—એ સિદ્ધાંતપૂર્ણ વાતને રખે ભૂલતા. એક રીતે જો કહું તો તમે જે રીતે કાળજી કરો છો એ રીતે દાંતને

વહેલી વિદાયગીરી પણ આપો છો અને વહેલા રોગીષ્ટ બનાવો છો.' તમને આશ્ચર્ય તો લાગશે કે આવી બાબતોથી એક બાજુ દરરોજ બ્રશથી તમે તમારા દાંત સાફ કરો, જંતુઘ્ન પેસ્ટ લગાવો, ડેન્ટીસ્ટો પાસે સાફ કરાવો, હાઇડ્રોજન પેરોક્ષાઇડના કોગળા કરો, અને એમ છતાં જો પાયોરીયા જેવી વાત કાને પડી તો સાણસાથી દાંત કઢાવી નાંખો. બીજી બાજુએ એ બધી રીત તદ્દન નકામી કહેનાર મારા જેવાને વાચક કાં તો વેદીયો માને અને કાં તો વીશમી સદીના વિજ્ઞાનથી અજ્ઞાન સમજે.

પણ મારૂં તો ધ્યેય છે કે 'રખે વહેમાતા' વાંચનાર ઓછો વહેમી બને, સાચો રાહ પકડે, ઓછો ખર્ચાળુ થાય, દીર્ઘજીવી થઇ શકે અને સ્વાવલંબી બને.

દાંતના કોઇ સ્વતંત્ર રોગ થઇ શકતા જ નથી. એ બધા રોગ થવાનું મૂળ કારણ છે આજના કૃત્રિમ આહારો અને હોજરી, આંતરડાની અવ્યવસ્થિત સ્થિતિ. એ તરફ આપણે જો ધ્યાન ન આપીએ તો ઉપરથી ગમે તેટલા સ્વચ્છ દાંત કરવામાં કે રાખવામાં આવે તો પણ લાભ થતો નથી. દૃષ્ટાંત તરીકે—એક ધર્મસ્થાનના કૂવામાં કુતરૂં પડી મરી ગયું. તે માટે બધા ભાઇઓ તેની શુદ્ધિ માટે શાસ્ત્રીજીને પૂછવા ગયા. ત્યારે શાસ્ત્રીજીએ કહ્યું કે ભાઇ કૂવામાંથી વીશ ડોલો પાણી કાઢી નાંખો એટલે કૂવો શુદ્ધ થઇ જશે. અનુયાયીઓએ તે વાતને માન્ય રાખી. કળીયુગમાં શાસ્ત્ર કહે તેથી બમણું કરવું એવી માન્યતાવાળા એ અનુયાયીઓ હોઇ તેમણે વીશને બદલે ચાલીશ ડોલો પાણી કાઢી નાંખ્યું અને પછી શાસ્ત્રીજી પાસે જઇને કહ્યું કે 'મહારાજ! આપના કહેવા પ્રમાણે વીશ ડોલો પાણીની કૂવામાંથી કાઢી નાંખી, ઉપરાંત વિશેષ શુદ્ધિ થાય એમ સમજી બીજી પણ વીશ ડોલો કાઢી. એટલે હવે ધર્મકાર્યમાં પાણી વાપરવામાં વાંધો નહિ જ ને?' શાસ્ત્રીજીએ પૂછ્યું કે 'ભાઇ! એ તો ઠીક પણ

મરેલું કૂતરૂં ક્યાં છે?' 'મહારાજ! એ તો કૂવામાં જ પડ્યું છે.' 'અરે ભાઇ! જ્યાં સુધી કૂતરૂં કૂવામાં છે ત્યાં સુધી ચાલીશને બદલે આખો કૂવો ઉલેચી નાંખો તો પણ શુદ્ધ ક્યાંથી થાય?'

મારા એક મિત્ર બહુ કેળવાયેલા. દરરોજ દાંત માટે કંઇ કંઇ મહેનત કરે, પણ એમના દાંત તો જેવા ને તેવા જ રહે. એમાં ગત રાષ્ટ્રીય લડતમાં એ શ્રીમાનને જેલની બે વરસની મહેમાનગીરી મળી અને તેઓ હલકા હૈયે એ સમય ગાળી પાછા ફર્યા ત્યારે મારૂં ધ્યાન પ્રથમ એમના દાંત ઉપર પડયું અને મને આશ્ચર્ય ઉપજ્યું. એ દાંત એટલા સ્વચ્છ, ચકચકિત અને પેઢાં એટલાં મજબૂત બની ગયાં હતાં કે મારાથી સહેજે પુછાઇ જવાયું: 'ભાઇ! તમે જેલમાં કઇ ઉંચી જાતના બ્રશનો ઉપયોગ કરતા? અને સરકાર એવું કયું સરસ દંતમંજન પૂરૂં પાડતી કે તમારા દાંત પાંચ વરસના બાળક જેટલા સરસ બની ગયા?'

ભાઇએ કહ્યું: 'જેલમાં તો નથી બ્રશ, નથી મંજનો. એ બધાં રમકડાં ઘેર છોડીને ગયેલો. ત્યાં તો સાધારણ દાતણનો ઉપયોગ થતો, પણ જાતજાતના મસાલા સિવાયની ભાજી અને રોટલાનો પ્રમાણસરનો તદ્દન સાદો ખોરાક મળતો. મેં એક દિવસ પણ દાંતની ખાસ સારવાર નથી કરી. છતાં મને લાગે છે કે મારા દાંત ખૂબ સરસ થયા છે અને ખોલાં થયેલાં પેઢાં પણ બંધાઇ ગયાં છે.'

'ભાઇ! હવે ત્યારે એ બ્રશ અને પેસ્ટો છોડી દીધાં તે છેટે જ રહેવા દેજો. મારે જે વાત તમને અગાઉ કહેવાની હતી તે કરતાં એ વાત ઉપર તમને વધારે વિશ્વાસ બેસે એ માટે અત્યારે કહું છું. આપણે દાતણ કરીએ કે બ્રશ ઘસીએ, પણ શા માટે? દાંત ઉપર લાગેલો મેલ અને ચીકાશ સાફ થઇ જાય એટલા માટે. પરંતુ એ ઘસવાનું કારણ દાંતને સજ્જડ વળગી રહેલાં પેઢાં—મસોડાંને ઘસવાને નહિ, કેમ કે એ તો કોમળ માંસપેશીઓ છે. એને ઘસવાથી તો તેની ત્વચા-

ચામડી ઘસાઈ આળી થાય છે. અને પછી દરરોજના ઘસારાથી એ પોતાની મૂળ સ્થિતિ છોડી ઘસાતાં ઘસાતાં ઢીલાં થઈ જઈ ઉપર જતાં જાય છે; અને એ મસોડાં એટલે બે દાંતની વચ્ચે સંધીબંધન. એના ઉપર દાંતની મજબૂતાઈનો આધાર. તે બરાબર અણીશુદ્ધ વળગેલાં હોય ત્યાંસુધી દાંત ન ઢીલા પડે, ન દાંત વચ્ચે ખોલ પડે. પણ જ્યારે એ મસોડાં ઢીલાં પડી જઈ ઉંચે ચઢે ત્યારે જ ખવાતો અને ચવાતો ખોરાક અંદર પેસી રહી સડવા લાગે અને સાથે દાંતમાં સડો ઉત્પન્ન કરે. બીજી બાજુએ એને પોષણ આપે એવો તીખો તમતમો, મસાલાદાર ખોરાક અને ગરમાગરમ પીણાં, બજારૂ કોહાએલા કાથા–ચુનાવાળાં પાન અને તમાકુ, ટેસ્ટદાર ચવાણાં, બીડી અને સીગારેટોનો ઉપરાઉપરી મારો ચાલતો હોય, પછી બિચારા દાંત તે ક્યા વજ્રના થાંભલા છે કે તમે એક હાથે મૂળમાં સુરંગ ફોડો, બીજા હાથે બ્રશરૂપી હથોડાથી પ્રહાર કરો છતાં અખંડિત રહે?'

કોઈ દિવસ જેણે બ્રશ વાપર્યું નથી એ ભાઈ એક વખત બ્રશ લઈ હરહમેશાં બ્રશ ઘસનારની જેમ તેને દાંત ઉપર ઘસે તો એને સમજાશે કે દાંત સાફ થાય છે કે પેઢાં–મસોડાં તોડાય છે! એના કરતાં તમને દાતણ ઉપર કેમ અણગમો આવે છે? દાતણ જુદી જુદી વનસ્પતિનાં કરવાની છુટ આપી છે, કાંટાવાળાં અને દૂધવાળાં વૃક્ષોની શાખાઓથી દાતણ કરો, એને ચાવી કરેલો કુચો રેસાદાર અને એટલો મુલાયમ બનશે કે તમને બહુ અનુકૂળ કામ કરી બતાવશે. જોઈએ તે પ્રમાણે દાંત સાફ કરશે, મસોડાંને ઇજા નહિ કરે, વનસ્પતિના રસમાં રહેલા ઉત્તમ જંતુઘ્ન, રોપણ, શીતળ ગુણોથી પેઢાં રૂઝાશે. વળી તાજેતાજાં વાપરવાથી દાતણ મારફત જંતુ લાગવાની બીક નહિ રહે, બલકે મંજન અને બ્રશ બન્નેની જરૂરીયાત એકલું દાતણ પૂરી કરે છે. બજારમાં સહેલાઈથી મળતાં બાવળનાં દાતણ ઉપરાંત, વડનું, વડની વડવાઈનું, લીંબડાનું, ઝીલટા–ઝીપટાનું દાતણ મેળવવા પ્રયાસ કરો, તો થોડા ખરચે મળશે. પણ એનો અલભ્ય લાભ એ

થશે કે વડની વડવાઇનાં ત્રણ મહિના દાતણ કરવાથી હાલતા દાંત સજ્જડ ચોંટી જશે, લીંબડાના દાતણથી જંતુઓ નાશ પામશે, મોઢું દુર્ગંધ મારતું અટકશે અને ગમે તે કારણે લોહી કે પરૂ આવતું હશે તે બંધ થશે. ઝીલટો-ઝીપટો એ તો દાંત માટે અલૌકિક વસ્તુ છે. એને નિઘંટકારોએ સંસ્કૃતમાં વજ્રદંતી નામથી ઓળખાવ્યો છે અને એનું એ નામ ગુણવાચક છે. તે વજ્ર જેવા દાંત કરે છે. કાયમ ઝીપટાનું દાતણ કરનાર મેં કેટલાય ગામડાના વૃદ્ધ ખેડૂતોને સંપૂર્ણ નીરોગી દાંતની બત્રીશીવાળા ભાળ્યા છે. એ ગુણ છે ઝીપટાના દાતણનો.

છતાં કબૂલ કરવું પડે છે કે એક બાજુ દાંત અને દાંતના વ્યાધિને જન્મ આપે એવા આહારવિહારો કરવામાં આવે અને પછી ઉપરથી દાંતની સ્વચ્છતા અને કાળજી માટે પ્રયત્નો થાય કે વનસ્પતિનાં દાતણો ચવાય એ બધું કૂવામાં કૂતરૂં રાખીને એકલું પાણી કાઢી કૂવો પવિત્ર કરવા જેવું છે. થોડા ઉપયોગી નિયમો અને થોડાં મંજનોનો ઉલ્લેખ કરી આ વિષય પૂરો કરીશું:

(૧) કોઇ પણ પદાર્થ ખાધા પછી કોગળા કરીને દાંત સ્વચ્છ કરી લ્યો. પછી એ રીતસરનો ખોરાક હોય, નાસ્તો હોય, ફલાહાર હોય, પીણું હોય કે પાન ખવાયું હોય, પણ તેનાં રજકણો દાંતની આસપાસ કોઇ ઠેકાણે ભરાઇ ન રહે.

(૨) મીઠાઇ, ગળપણ, ચહાનો વહેવાર છોડો. ગળપણથી ગ્લુકોઝનું તત્ત્વ શરીરમાં વધી જાય છે, અને વધારે પડતું ગળપણ દાંતના મૂળમાં સડો પેદા કરે છે, શરીરને ભઠ્ઠીની આગની માફક તપ્ત બનાવે છે.

(૩) ખોરાક અને પીણું અત્યંત ગરમ ન હોવું જોઇએ, તેમ જ બરફ જેવું ઠંડું ન હોવું જોઇએ. જેટલું ગરમ ખોરાક–પીણું દાંતને નુકસાન કરે છે તેટલું અત્યંત ઠંડું પણ નુકસાન કરે છે. ખરી રીતે તો મોઢામાં જેટલી ગરમાઇ હોય તેટલાં ગરમ ખોરાક અને પીણાં લઇ શકાય.

(૪) દાંતને યંત્રથી સાફ કરાવવાની લતે કોઇ દિવસ ચઢશો નહિ. તેમ જ પેઢાં અને દાંતની વચમાં કોઇ મેલ છે કે પતરી બાઝી છે તેને પરાણે કઢાવી નાંખવાની જરાએ જરૂર નથી. જેને આપણે ખરાબ કહીએ તે તો દાંતનાં વજ્રબંધનો છે, એ ચોટી રહીને નુકસાન કરે છે એમ કહેનારની વાત તમે હસી કાઢો. જે સડયું કે પાકયું તે શરીરના ઉંડામાં ઉંડા ભાગમાં હોય છતાં માર્ગ કરી બહાર આવે છે. એટલે તમે ડહાપણ કરીને રખે **વહેમાતા!** જો એક વખત દાંત ખોતરાવી સાફ કરાવ્યા, તો દર ૭ મહિને એ જરૂરીયાત ઉભી રહેશે અને પછી દાંતના પાયા ડગમગશે.

(૫) જો તમે બ્રશ વિના ન ચલાવી શકો અને એનો મોહ જ હોય તો પછી બ્રશ સારી બનાવટનું વાપરજો. દરરોજ દાંતમાં વાપર્યા પછી તેને ખૂબ ગરમ પાણીમાં મીઠું નાંખીને પા કલાક બોળી રાખી સ્વચ્છ કરી રાખી મૂકી, ફરી વાપરશો તો જ ફાયદો છે. બાકી મોઢામાં ઘસીને સાધારણ પાણીથી ધોઇ બીજે દિવસે ઉપયોગ કરવો એ બહારના જંતુઓને અંદર લાવવાનો કે જંતુ અને સડાની સહેલાઇથી વૃદ્ધિ કરવાનો સસ્તો ઉપાય છે.

(૬) દાતણ કે બ્રશ વાપરવા બળ ન અજમાવો. હલકા હાથે–બીલકુલ હલકા હાથે ઉપયોગ કરો અને ખાસ ખ્યાલ રાખો કે તમે દાંત સાફ કરી રહ્યા છો, નહિ કે પેઢાં–મસોડાં.

(૭) તમારા દાંત પીળા, ડાઘવાળા, ગંધાતા કે અસ્વચ્છ હોય તો નીચે આપેલ ઉપાય નંબર ૧ નો આઠ દિવસ ઉપયોગ કરો. દાંતમાં દરરોજ કાંઇક ઘસવું એમ જ ઇચ્છા થાય તો ઉપાય નંબર ૨ નું મંજન વાપરો. પાયોરીયા જેવું હોવાનો તમને વહેમ હોય તો ઉપાય નંબર ૩ અને ૫ નો ઉપયોગ કરો. પેઢાંની પીડા, પેઢાં ફુલવાં કે કળતર અથવા પીડા વખતે ઉપાય નંબર ૪ વાપરો.

ઉપરનો આખો લેખ અને નીચેના ઉપાયોનો કાળજીપૂર્વક અભ્યાસ કરશો અને વર્તન રાખશો એટલે દંતશાસ્ત્ર અથવા પાયોરીયા પુરાણ પૂરૂં થઇ જશે અને તમે જીંદગીનાં ઘણાં વરસો સુધી દાંત અખંડિત અને નીરોગી રાખી શકશો.

ઉપાય નંબર ૧

સીંધાલુણ ત્રણ રતી, તલનું તેલ પાવલીભાર, તાજા લીંબુનો રસ પાવલીભાર–એ ત્રણને મિશ્ર કરી સવારના દાતણ વખતે ધીમે ધીમે દાંત ઉપર કાળજીપૂર્વક ઘસો અને તે માત્ર આઠ દિવસ ઘસવાથી દાંત ઉપર લાગેલો જાતભાતનો મેલ નાબૂદ થઇ ચકચકિત મોતી જેવા દાંત બનશે, પણ જો પાન તમાકુનો મારો ચાલુ હશે તો ફરી હતા તેવા ને તેવા જ !

ઉપાય નંબર ૨

ચાક શેર ૧, માયાં તોલા ૨, કાથો તોલા ૨, અને કપુર તો. ૧ ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું. ત્રણ આને આ મંજન સવાશેર જેટલું થાય છે. છતાં ગુણમાં એટલું સરસ છે કે દાંતના બધા રોગ નાબૂદ કરે છે, હમશાં વાપરવાથી ઉત્તમ ફાયદો કરે છે. એમાં પડતા પદાર્થમાં જંતુઘ્ન, રોપણ, શીતળ અને સંપૂર્ણ દાહનાશક છે. રૂપીએ સવા રૂપીએ એક શીશી કે ટયુબમાં એકાદ તોલો મંજન મોંઘું પડવા છતાં ગુણમાં કાંઇ જ નહિ. હું આશા રાખું છું કે મંજન વાપરતું હરેક કુટુંબ અત્યંત સસ્તું અને સહેલું આ મંજન પોતે અને કુટુંબમાં વાપરી પરસેવાનાં નાણાંનો બચાવ કરશે. તમને ગેરંટી આપું છું કે આ મંજન તમને બહુ મોહક નીવડશે.

ઉપાય નંબર ૩

જૂનાં સડેલાં સોપારીના કોયલા શેર ૦।, બદામના છોડાના કોયલા શેર ૦।, સોનાગેરૂ શેર ૧, બોળ તોલા ૪, શેરી લોબાન તોલા ૪, રૂમીમસ્તકી તો. ૨, કપુર તો. ૮, તેને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું.

દાંતમાંથી પરૂ નીકળવું, લોહી આવવું, કળતર થવું, સડો લાગવો, દુર્ગંધ મારવી એ દરેક રોગ કે જેને પાયોરીયા કહેવામાં આવે છે, તેમાં આ મંજન દિવસમાં બે વખત ઘસવું અને ઉપાય નંબર પાંચનો ઉપયોગ કરવો. પાયોરીયા મટશે અને દાંત પડવાથી બચી જવાશે.

ઉપાય નંબર ૪

શેરી લોબાન તો. ૪, સોનાગેરૂ તો. ૧, વસ્ત્રગાળ કરવું. જ્યારે પેઢાં–મસોડાં ઉપડી આવે છે–જેને આપણે અવાળુ આવ્યા કહીએ છીએ. તેમાં આ મંજનમાંથી બે વાલ જેટલું એક રૂના પોલની વચમાં મૂકી અવાળુ ઉપર દબાવી દેવું. આઠ કે બાર કલાક પછી અવાળુ ફુટી જઇ બેસી જશે, વેદના મટશે અને પેઢા ઉપર નસ્તરથી છેકા મૂકવાની જરૂર નહિ રહે. માત્ર આઠ કલાકમાં તમારા પેઢાનું ઓપરેશન આ દવા કરે છે. છતાં એણે કેવી રીતે ઓપરેશન કર્યું તેની ખબર નથી રહેતી, નથી પીડા કે આંચકો ખમવો પડતો.

ઉપાય નંબર ૫

ચોકખા તેલનો રૂા. રાા ભારનો કોગળો રાત્રે સુતી વખતે મોઢામાં ભરવો અને જ્યાંસુધી રાખી શકાય ત્યાંસુધી રાખી, પછી થુંકી નાંખી સુઇ જવું. સવારે દાતણ કર્યા પછી પણ એ જ પ્રમાણે કોગળો ભરવો. દાંતના રોગ થતા નથી અને થએલા અસાધ્ય ગણાતા વ્યાધિ નાબૂદ થાય છે. અપૂર્વ અજબ ઉપાય છે, અને ઉપયોગ કરી ખાત્રી કરવા જેવો છે. દાંતની હમેશાં ફરિયાદ કરતા અને લોહી આવતા દાંતોવાળાએ અજમાવવો. છેવટે તો—

કાપકુપ શસ્ત્રાઅસ્ત્રોસેં, અસાધ્ય રોગ તુમ્હારે,
અલ્પ પરિશ્રમ જડી બુટ્ટીસેં, સુસાધ્ય રોગ હમારે.

卐

પ્રકરણ ૬ઠું

કાનનો વ્યાધિ

ગમે તેવો કારીગર પોતાનાં કળાકૌશલ્ય કે કારીગરીનો હુબહુ નમૂનો બનાવે, છતાં કુદરતની કૃતિ સાથે તેની સરખામણી થઇ શકે ખરી? કુદરતની મશીનરીમાં બનેલાં કુદરતનાં કાર્યોનો માણસ જેમ જેમ અભ્યાસ કરતો જાય તેમ તેમ તેની અગાધતા, અપારતા તેને સમજાતી જાય છે. મનુષ્યની શ્રવણેન્દ્રિય–કાન–તેનું ગોલક અને તેની રચના એટલી સરસ, ખૂબીદાર અને સ્થિતિસ્થાપક છે કે જો મનુષ્યજાત જાણી જોઇને તે સાંચાને બગાડે નહિ, તો આપમેળે જ તે સતત ચાલ્યા કરે, છતાં ખોટવાય નહિ. કાનની અંદર શ્રવણયંત્ર મૂકી બહારનો ઘાટ કાનનો એવો બનાવ્યો છે કે દૂરદૂરનો અવાજ પણ અથડાવાની સાથે જ એ યંત્ર ઉપર સીધો આવે. મગજ સાથે સંદેશા-વાહક યંત્ર રૂપી એક એવી નાડી જોડાયેલી છે કે જે કાનમાં ફેલાઇ રહી, ધ્વનિનાં મોજાં ઝીલી ઝીલી મગજને પહોંચાડે છે. જો કે એ સ્થાન એટલું નાજુક અને કોમળ છે કે તેને બહારની શરદી અને હવાની અસર જલદી થઇ આવે છે. તેથી આ યંત્રને તાજું રાખવા અને સ્વચ્છ રાખવા કુદરત જ એક પ્રકારનું ઓઇલીંગ એવી રીતે કરે છે કે તેને ન આવે નિર્બળતા કે ન આવે જરઠપણું; અને એ ઓઇલ (તેલ)ના ઘટ્ટ સ્વરૂપને આપણે કાનનો મેલ કહીએ છીએ.

કાનનો વ્યાધિ બીજા વ્યાધિ જેટલો વધુ પ્રમાણમાં નથી જોવામાં આવતો, છતાં કેટલીક વખત કાનના વ્યાધિને વાંદરાના ઘાની માફક મોટો અને લાંબો કરવામાં આવે છે અને એને પણ આજના નવા ચિકિત્સાના જમાનાની ફેશન કહીએ તો ખોટું નથી! થોડો પાછળનો વખત અને પુરાણુ ઉખાળું.

નાનાં બાળકો જન્મે ત્યારે તેનાં દરેક અવયવ નાજુક સ્થિતિમાં અને કોમળ હોય છે. ગર્ભસ્થાનમાં થયેલું ઘડતર અને તેના ઉપર બાકી રહેલી મરામત તેનાં બાલ્યકાળનાં ત્રણ વરસમાં પૂર્ણ થાય છે. એટલે એ અરસામાં જો આપણે કુદરતની આડે ન આવીએ તો એ અંગો અને પ્રત્યાંગોને ખુબ સાવચેતીપૂર્વક ધીરે ધીરે કુદરત સુદૃઢ, સંપૂર્ણ અને મજબૂત બનાવી આપે છે. બાળકની ચામડી ઉપર પાઉડરો, મગજ ઉપર ઘાસલેટીયાં હેરઓઇલો અને શરીર પર અણઘટતાં વસ્ત્રોનો બોજો લાદીને ખીલતી કળી સમાં બાળકોની પ્રગતિ તથા શારીરિક ઉન્નતિને ફેશનની સરિતામાં વહેતી કેટલીયે બહેનો અવરોધી રહી હોય છે અને તેમને તે તરફનું ભાન હોતું નથી, અથવા આંખમીચામણાં હોય છે, અથવા તો 'મારૂં મીણનું પુતળું કેમ સારૂં રૂપાળું દેખાય' એ ભાવના હોય છે. એ ભાવનાના ભુસ્કાથી કુદરતની કરામતના ચુરેચુરા ઉડી જાય છે, અને કાનના રોગો પુખ્ત ઉમરનાં સ્ત્રી–પુરૂષો કરતાં બાળકોને વધારે થાય છે તથા તે વધારે લંબાવામાં માતાઓનો સંપૂર્ણ સહકાર હોય છે એમ કહીએ તો તે ખોટું નથી. તમે અંગ્રેજી દવાખાનાઓમાં તપાસ કરો તો કેટલાંય બાળકો કાનમાંથી રસી આવવના દર્દથી દુઃખી થતાં જોવામાં આવશે. કુમળું બાળક અને એના કુમળા કાનના પડદા ઉપર, હોળી ખેલતા કનૈયાની અદાથી પીચકારીકામ કરતા ઇસ્પીતાલના પટ્ટાવાળાઓ અને તેમણે મૂકેલી કાનની દાહક દવાઓથી તરણુચના ફડાસીયા જેવું મોઢું વિકાસી રહેલા બાળકને જોઇને દયા ઉપજ્યા વગર રહેતી નથી.

બાળકના કાનમાં પાક થાય, સણકો આવે કે મહિનાઓ થયાં રસી વહ્યા કરે અને એને અંગે એ બાળક બહેરૂં થાય અથવા બોલતાં ન શીખે, એનું કારણ તપાસવાને માટે આજસુધી તેના વાલીઓ પ્રયત્નમાં ઉતર્યા નથી. કોઇ ચિકિત્સકે તે માટે પાછું વાળીને તપાસ કરી નથી. જેમ જેમ વધુ પાક થતો જાય તેમ તેમ પીચકારી અને ઔષધ નાંખવાના મારા વધતા જાય છે. એનાથી દર્દ મટતું નથી પણ ઉશ્કે-

રાય છે અને કાનનું નાડીવ્રણ થઇને વર્ષો સુધી લંબાય છે. એમાં જ્યારે ઉપરના ઉપચારો બંધ કરીને થાકે છે ત્યારે અચાનક આપોઆપ કાન રૂઝાઇ જાય છે. એમ શાથી બને છે? કુદરત અથવા શરીરની રોગહરા શક્તિ એ કામ પોતાના હાથમાં લઇ આપોઆપ સુધારી આપે છે.

આવાં બાળકોને કાનના પાક કેમ થઇ આવે છે? એનાં શાસ્ત્રીય કારણોને બાજુ ઉપર રાખીએ, પણ મને એક મહત્ત્વનું કારણ સમજાયું છે. એની ઉપર વર્ષો થયા વિચારણા, અખતરા, તપાસણી અને અનુભવ પછી એ મારી માન્યતા દૃઢ હોવાનું પુરવાર થતાં હું જગત સમક્ષ રજુ કરૂં છું. આ શોધ જો કોઇ અમેરિકન, જર્મન કે રશિયન ડાક્ટરે શોધી હોત તો વૈજ્ઞાનિકોએ તથા અખબારોએ તેના ગુણના દુંદભી વગાડીને સ્વર્ગના શિખરે કે પાતાળના પગથીએ પહોંચાડી આપી હોત. પરંતુ એક હિંદુસ્તાનનો વૈદ્ય એટલે? બસ...વધુ નહિ......

સ્ત્રીઓએ બાળકને રાત્રિના વખતે ધવરાવવાનું હોય ત્યારે પોતે પથારીમાં બેઠાં થઇ, બાળકને ખોળામાં લઇ, મેરૂ દંડ–કેડથી વાંકા નહિ રહેતાં સિદ્ધાં બેસવું ને બાળકને ખોળામાં રાખી પયપાન–સ્તનપાન કરાવવું જોઇએ. પરંતુ આમ બને છે ખરૂં? નહિ જ, રાત્રે ઉંઘમાં પોતે પડખાભેર થઇ બાળકને પડખાભેર સુવારી સ્તનપાન કરાવવામાં આવે છે. પછી બાળક ધાવતું હોય છે, માતા ઉંઘતી હોય છે. બોલો આમાં તમને ખાસ કાંઇ નુકસાન લાગે છે? આવી રીતે ધવરાવવાથી કાન અને મોઢા વચ્ચે આવેલી 'યુસ્ટેકયન ટયુબ' નામની નળીમાં સોજો આવે છે. કારણ કે નીચેનું જડબું પડખાભર સુવાથી દબાયેલું રહે અને ધાવવાની ક્રિયામાં થતા સ્નાયુના સંકોચ–વિકાસ ઉપર દબાણ રહે. એથી બને એમ કે ધીમે રહી પાક થાય, રસી થાય, વ્રણ થાય. એ વ્યાધિના અંગે બહેરાશ પણ આવે, કારણ કે 'યુસ્ટેક્યન ટયુબ' સુજેલી રહે એટલે શબ્દ–મોજાં અથડાય નહિ. પછી બહારથી

એને સાફ કરવા 'પોટાશ પરમેંગનેટ'ની પાણીની પીચકારી ચલાવે કે 'હાઇડ્રોજન પેરોક્ષાઇડ' રેડી ઉભરો લાવે, એથી રોગ સુધરવાના બદલે વધે, આળી જગ્યા ઉશ્કેરાય, પાકની વૃદ્ધિ થાય; અને બીજી બાજુ માતા બાળકને સુતા સુતા ધવરાવવાનું ચાલુ રાખે, એટલે એ રૂઝાય નહિ, રૂઝાવાની આશા પણ નહિ. અત્યારનાં મનુષ્યો એટલાં મનસ્વી થઇ ગયાં છે કે શિખામણની વાતો તેમને કોણ જાણે કેમ ગળે ઉતરતી નથી. જૂના વખતમાં બાળઉછેરની ક્રિયામાં બાળકની આંખમાં મેશ આંજતા અને કાનમાં ધ્રુપેલ અથવા તેલ મૂકવામાં આવતાં તે ધીમે ધીમે નાશ પામી ગયાં. અત્યારે પાઉડર છાંટવામાં અને માથાના વાળને ફુમતાં મૂકવામાં જેટલો વખત જાય છે તેટલો વખત બાળકની સાચી સંભાળ રાખવામાં જતો હોય તો બાળકોના અસ્વાભાવિક રોગો ઉભરાતા બચે. એક હિંદી કહેવત છે:

'આંખમેં અંજન, કાનમેં તેલ,
બબુલ દાતુન ઉષામેં ખેલ,
પથ્થર ભોજન, તક્રો પાન,
ધીર ગભીર સદા ગુણવાન.'

કાનમાં તેલ મૂકવાથી તેલ સ્નિગ્ધ ગુણવાળું હોવાના કારણે તે જગ્યાએ ઉદ્ભવેલા અને અવયવો સાથે લાગેલા મેલો બહુ જ સહેલાઇથી બહાર નીકળી જઇ, એ અવયવો નિર્મળ, સ્વચ્છ અને સ્નિગ્ધ બને છે. આપણે ઘી, તેલ, જેવા સ્નિગ્ધ પદાર્થો ખાઇએ છીએ, એને જેટલી અંદર લેવાની જરૂર છે તેટલી જ એ પદાર્થોની બહાર માટે પણ જરૂર છે.

હું એક વખત મારા એક નાગર ગૃહસ્થ મિત્રને ત્યાં મળવા ગયેલો. તેઓ બહુ જ ઉંચા પ્રકારની કેળવણી પામેલા અને સરકારી ઉંચો હોદ્દો ભોગવતા સજ્જન હતા. જ્યારે હું તેમને ત્યાં ગયો ત્યારે તેમનાં પત્ની બાળકને નહવરાવતાં હતાં, નહવરાવવાનું

પાણી રંગમાં પીળું જોઇ મને આશ્ચર્ય થયું કે ફેશનના જમાનામાં હવે પાણી પણ પીળું બનાવી નહરાવવાનો શોખ જાગ્યો હશે. છોકરાને નહવરાવી રહ્યા પછી ટુવાલથી શરીર સાફ કરીને કોરૂં થયા પછી એક વાટકીમાંથી પ્રવાહી શ્યામ રંગનો પદાર્થ થોડો લઇ બે હાથે ઘસીને એ બાળકના શરીર ઉપર ધીમે ધીમે હાથે ઘસવામાં આવ્યો. એ જ પદાર્થમાંથી બાળકને ખોળામાં પડખાભેર સુવારીને બે ટીપાં કાનમાં મૂકી, કાનને ધીમે ધીમે હલાવી દીધો. એ જ પ્રમાણે બન્ને કાનમાં નાંખ્યું. આંખમાં કાળો પદાર્થ આંજ્યો. પગે પણ પેલું પ્રવાહી તળીએ લગાવીને બાળકને છુટું રમતું મૂકી દીધું. દેવના દીધેલ લાડકવાયા, રોમેરોમમાં સાચો પરબ્રહ્મ રાચતો હોય એવા કીલકીલાટ કરતા, રૂપાળા, થોક થોક માટીએ નિર્માણ થયેલા, નરદમ નિરાળા વિશુદ્ધ હાસ્યની ઉર્મી ઉછાળતા દૈવી બાળકો કોને ન ગમે ? એ બાળકને ઉંચકી લઇ, બે ચાર ચુંબનો વરસાવી મારા મિત્રનાં ગૃહિણીને મેં પૂછ્યું: 'બહેન ! તમે તો બાળકોને નહવરાવવામાં અને માવજતમાં, આજે દુનિયા જે રસ્તે જઇ રહી છે તેથી જુદું જ કરો છો. મને સમજાવશો કે આ પાણી પીળું કેમ ? અને તમારી વાટકીમાં શું છે ? એનો તમે સર્વાંગે લેપ શા માટે કરો છો ? અને બાળકને નહરાવવા તમે કોઇ ખુશબોદાર સાબુ વાપરતાં નથી ! આનું શું કારણ ? તમારો ગૃહસંસાર તો કેવળ નવી સીસ્ટમનો હોવો જોઇએ ! જુવોને, મારા ભાઇ તો સાહેબ કહેવાય, નેકટાઇ, કોલર અને હેટ ચઢાવી ઓફીસે જાય. લોકો તેમને સાહેબ કહે અને તમે તો જાણે જૂના જમાનાનાં, અને તમારી ક્રિયા પણ તેવી જ.'

'ભાઇ !' મારી ધર્મબહેને જવાબ આપ્યો : 'કેળવાવું એટલે કુચ્છંદી બનવું, સ્વતંત્ર થવું એટલે સ્વચ્છંદી બનવું, અને પાશ્ચાત્ય સંસ્કારે રંગાવું એટલે આંધળું અનુકરણ કરવું એમ કાંઇ ન હોય. તમારા ભાઇએ જેટલો અભ્યાસ કર્યો છે, તેટલો તો નહિ, છતાં ઠીક ઠીક

-એક-બે ભાષાનો અભ્યાસ મેં પણ કર્યો છે. વળી મારા ગૃહિણીધર્મનો વારસો મને મારાં સાસુ તરફથી મળ્યો છે. મારી મુગ્ધ અવસ્થાથી પ્રૌઢાવસ્થા સુધીનો કાળ મારાં પૂજ્ય સાસુજી સાથે મેં નિર્ગમન કર્યો છે. અને એ કાળમાં જે ઉચિત સંસ્કારો, વિચારો તેમણે રેડયા છે તે હું ભૂલી શકું એમ નથી, બલ્કે તે મારાં જીવનસાથી થયાં છે. તેઓ તો આજે સદ્‌ગત થયાં છે, છતાં તેમના વિચારો દ્વારા આજ તેમને હું મૂર્તિમાન ભાળું છું. તમારા પ્રશ્નનો જો કે આ સિધો જવાબ નથી, પણ હું એ જ જવાબનો જવાબ આપી રહી છું કે આજે હિંદની સંસ્કૃતિનો વિનાશ થઇ રહ્યો છે. બાહ્યોપચારિકતાએ મૂળ ધ્યેયનું જ્ઞાન ભુલાવ્યું છે, વિસરાવ્યું છે. એનું પરિણામ બહુ જ બૂરૂં આવતું જાય છે. છતાં આજે હિંદનો જાયો વિપથગામી બન્યો છે. દશા એ થઇ છે કે એ દેશી રહી શકતો નથી, વિદેશી થઇ શકતો નથી. આના ઉપર હમણાં મેં વાંચવાને શરૂ કરેલી 'કથા સરિતસાગર' પુસ્તકની એક વાત યાદ આવે છે. ભાઇ! મારો સ્વભાવ વાતુડીઓ, અને આજે તમે વાત એવી કાઢી છે કે હવે તમારે ઠંડા કલેજે બધું સાભળી લેવું પડશે. એક કાગડો અને એક કાગડી. કાગડી એટલે કાગડાની સ્ત્રી નહિ હો. એ પ્રાણી જુદું જ થાય છે. પરંતુ બેઉ રંગે સરખાં, ઉડવામાં સરખાં, અને સ્વભાવે પણ સરખાં જેવાં જ. પણ કાગડીની વિશેષતા એ કે તે આકાશમાં ઉડે, પૃથ્વીપર ચાલે અને પાણી ઉપર પણ ચાલે. એટલું જ નહિ પણ પાણીના તળીએ પ્રવેશ કરી ત્યાં રહેલી ચીજોને ભાળે. જાણે જર્મનીની નવી જાતની સબમરીન, કે જે ઉડે ત્યારે એરોપ્લેન, ચાલે ત્યારે મોટર, તરે ત્યારે જહાજ અને ડૂબે ત્યારે સબમરીન! આ કાગડી આકાશમાં ઉડતાં ઉડતાં પાણીમાં પોતાનું ભક્ષ ભાળે એટલે ત્યાંસુધી તીર જેવી પાણીમાં પડી તળીઆ સુધી પહોંચી ભક્ષને પકડે છુટકો! ઉપર આવી પાણીમાં તરતાં તરતાં મોજ પૂરી થાય એટલે કરે આકાશવિહાર. કાગડીની જીવનચર્યા જોઇને કાગડાને પણ તેનું એક દિવસ આંધળું અનુકરણ કરવાનું મન થઇ આવ્યું અને એના

મોજીલા જીવનની ઇર્ષ્યા થઇ. એ ભાઇ પોતાની પાંખના જોર પ્રમાણે આકાશમાં ખૂબ ઉંચા ચડયા અને ત્યાંથી એટલા જ જોરથી તીરની માફક પાણીથી ભરેલા સરોવરમાં પડયા ! સદ્‌ભાગ્યે એ પાણી ઉપર શેવાળ (પાણીમાં થતી એક પ્રકારની વનસ્પતિ) લાગેલી એટલે જળસમાધિ તો ન થઇ, પણ માથા સુધી શેવાળમાં ગુંચવાઇ ગયા અને પગ તથા પાંખો ઉપર તરફડવા લાગ્યાં. ત્યાં થઇને કોઇ શિઘ્ર-કવિ નિકળ્યો અને એણે ફેંકયું :

‘ કરતા હોય સો કીજીયે, ઔર ન કીજીએ કગ !
માથું રહે શેવાળમાં અને ઉંચા રહે પગ ! ’

‘ મારા વૈદ્યરાજ બંધુ ! આજે ભરતખંડમાં આ સ્થિતિ ઉભરાઇ છે. હું એમ પૂછું છું કે આટલા બિચારા કોમળ બાળકને સાબુથી નહવરાવવાની શી જરૂર છે ? એના શરીર ઉપર એવો કયો ભયંકર મેલ લાગી જાય છે કે જે સાબુ વિના નથી જઇ શકતો ? અને આજના બજારૂ સાબુ શરીરની કોમળ ચામડી, રૂંવાટી અને પસીનાવાહક છિદ્રો ઉપર કેવી ખરાબ અસર નીપજાવે છે એની કોને પડી છે ?

‘વિલાયતવાળાની સફેદ દેખાતી ચામડી છતાં સ્પર્શ કરો તો મરેલી ઘોની ચામડીથી પણ બરસટ ચામડીવાળા લોકો એ સાબુ વાપરે એટલે આપણે વાપરવો, એમ જ ને ? એ સાબુમાં કેવાં વિજાતીય, દાહક, ક્ષોભક પદાર્થો નાંખ્યાં છે તેની આપણને ખબર પણ નથી. માત્ર તેની મીઠી લાગતી એસેન્સની સુગંધથી સાબુ વાપરવા લાગી જવું અને પછી ચામડીના વ્યાધિઓ થાય એટલે દર્દ રોગનું અને દુઃખ પૈસાનું ભોગવી પેલા કાગડાની માફક ઉંચે પગ અને નીચે માથું રહે તોય અનુકરણ ન છોડવું, એમ જ ને ? આ મારો સાબુ વાટકામાં છે તે જુવો. મેં એ જાતે બનાવ્યો છે અને જ્યારે જોઇએ ત્યારે મારા ઘરમાં વાપરૂં છું. તેમાં ચણાનો આટો તોલો ૮, તલનું તેલ તો. ૪, હળદર તોલા ૨, કપુરકાચલી તો. ૧ અને સુખડનો વહેર તોલા ૨,

આટલું મેળવી રાખી મૂકું છું; અને જ્યારે જોઇએ ત્યારે અમે શરીર ઉપર ચેાળીને નહાઇ લઇએ છીએ. એનાથી અમને, અમારા કુટુંબમાં અને મારાં ફરજંદોને ચામડીના રેાગ નથી થતા. ચામડી મુલાયમ, કેામળ અને તેજસ્વી રહે છે. છતાં નહાતી વખતે ફસફસાટ ફીણ પેલા કૃત્રિમ બનાવટી સાબુ જેવું નથી વધતું. મારા આ નાના બાળકને પણ એ જ લગાવું છું. એ મારા સાબુમાં શરીરના પસીનાના ક્ષારને નાશ કરવા ચણાનેા આટેા છે, જંતુનાશક અને છિદ્ર ખુલ્લાં કરવા તલનું તેલ છે, વર્ણ સુધારવા હળદર છે, છતાં તે માત્ર છ પૈસામાં તૈયાર થાય છે.

'તમે જે પીળું પાણી કહેા છેા તેમાં કેાઇ દવા નથી પણ ખાખરાનાં ફૂલ કેસુડાં છે. એ વસંત ઋતુમાં થાય છે અને આખા ઉન્હાળામાં વગર પૈસે મળે છે. તેની પેાટકી ગરમ થતા પાણીમાં મૂકી દઉં છું. એ પાણીથી નહવરાવવામાં બાળકને ગરમીપ્રધાન માતા, એારી, અછબડા નથી થતા. વળી એ રીતે નહવરાવ્યા પછી જેને તમે કાળેા પદાર્થ કહેા છેા તે છે ધુપેલ તેલ. તે પણ મારી જાતે બનાવેલું છે. તેમાં આંબળાં, સુગંધી વાળેા, કપુરકાચલી, સુખડ, રતાંજલી, હાથીદાંતનેા વહેર, બાલછડ, નારંગીની છાલ, બ્રાહ્મી, શંખાવલી, વગેરે વનસ્પતિએા નાંખી, તલના કે કેાપરેલ તેલમાંથી અમે જાતે તેલ પાડી લઇ, વાપરીએ છીએ. એથી જુએા છેા ને, મારા વાળ મન-માન્યા વધે છે. તે તેલ શરીર ઉપર ઘસવાથી ચામડી કેામળ અને તેજસ્વી થાય છે. એ જ તેલનાં બાળકના કાનમાં ટીપાં મૂકું છું, જેથી મારા બાળકના કાનની શ્રવણનળી તૈયાર થાય છે. તેમાં સેાજો આવતેા નથી અને મારા એકે ય બાળકનેા કાન પાકયેા નથી કે રસી આવી નથી, કે નથી મારૂં બાળક બહેરૂં બનતું.'

卐

પ્રકરણ ૭ મું

ખર્ચાળ પદ્ધતિ

મારા નાગરગૃહસ્થ મિત્રનાં ગૃહિણીની વાતો સાંભળીને મને આશ્ચર્ય તો એ થતું હતું કે બેઉ જણાંએ પાશ્ચાત્ય કેળવણીનો ઉંડો અભ્યાસ કીધેલો હોવા છતાં તેમના ઘરમાં દરેક ક્રિયા, બહુ જ સાદી રહેણી કરણી, કરકસર અને જરૂરીયાતોને નજર સામે રાખી કરવામાં આવતી. પણ ખોટી રીતે મોહમાં અંજાઇ કે બીજા કરે એટલે આપણે કરવું એમ સમજીને નહોતું કરવામાં આવતું. તેઓ નવા વિચારનાં હતાં, છતાં જૂના રીવાજોમાં રહેલા તત્ત્વ કે ઉપયોગિતાને ભૂલતાં નહિ. તેઓ શ્રીમંત હતાં, છતાં લક્ષ્મીનો દુરૂપયોગ કરી અવળા રસ્તે વહેવડાવવા નહોતા માગતાં. તેઓ જરૂરીયાતનાં સાધનો વસાવતાં, પણ એ સાધનો દ્વારા જુગુપ્સાને ઉશ્કેરે કિંવા જેના વગર ચલાવી શકાય એવાં અતિ ખર્ચાળ અને જેનો પૈસો કેવળ પરદેશીઓનાં ખીસ્સા તરબોળ કરી નાંખે તેવાં સાહિત્યોથી છેટે રહેતાં.

મારા વિષે મારાં મિત્રપત્નીને એક બંધુત્વની ભાવના હતી અને મારી એમના પ્રત્યે પૂજ્યબુદ્ધિ હતી. એક દિવસ વાતમાં તેમણે મને પણ અડાવી દીધેલો તે યાદ છે. એક દિવસે મને સિધો પ્રશ્ન પૂછેલો : ‘ભાઇ ! તમે વૈદ્ય કે ડાકટર ?’ મેં કહ્યું : ‘અમે વૈદ્ય કહેવાઇએ એમાં શંકા શી ?’ ‘તો પછી તમે એક સદ્‌વૈદ્ય થઇને, તમે **વૈદ્યો નારાયણો હરિઃ** ના ઉંચે સ્થાનકે બેઠેલા હોવા છતાં, એક વર્ણસંકર વૈદ્ય જેવી ક્રિયા—આચરણ રાખો તેથી તમને દિલમાં દુઃખ નથી થતું કે તમને તે સંબંધી લક્ષ જ નથી ?’ હું તો દિગ્મૂઢ બની ગયો ! બ્હેન મને શું કહેવા માગે છે તે જ પ્રથમ ન સમજી શકયો. બિચારા ઢાકા અને કલકત્તાના કોલેજધારીઓ વૈદ્યો પાસેથી પાંચ, પચીસ

કે પચાસ રૂપીઆ જેવી નજીવી (?) રકમ લઇને વૈદ્યભૂષણ, આયુર્વેદ-વિશારદ, આયુર્વેદરત્ન જેવી મહાન પદવિઓ વગર અભ્યાસે અને વગર લાયકાતે આપે છે; ત્યારે એ બધાથી જુદા જ પ્રકારની 'વર્ણસંકર વૈદ્ય'ની પદવિ મને આપવામાં આવેલી મેં સાંભળી. કંઇ પણ પ્રશ્ન પૂછવાને બદલે હું સાંભળી જ રહ્યો, અને એમણે આગળ ચલાવ્યું:

'વૈદ્યરાજ! દુઃખ લગાડશો નહિ. ઘણા દિવસથી તમને કહેવાનું દિલ હતું જ. એ આજ કહી નાંખું છું. હું એમ પૂછું છું કે વૈદ્યરાજ, તમે 'સ્ટેથોસ્કોપ' (છાતી તપાસવાની નળી) અને થરમોમીટર શા માટે રાખો છો? તમારો જવાબ એમ હોય કે ડાક્ટરો રાખે છે એટલે અમે રાખીએ છીએ; પણ ડાક્ટર તો રાખે. એમને એલોપથીની થીયેરીમાં ફેફસાં તપાસવાં, હૃદયની ગતિ અને લોહીનું અભિસરણ જાણવા માટે એ યંત્ર મારફત જ્ઞાન અપાયું હોય, અને એ હિસાબે એ નળી તેમને કદાચ ઉપયોગી થતી હોય, પણ તમે એ નળી રાખ-વાથી શું સમજી શકવાના હતા? એક તો તમે એ પદ્ધતિથી અભ્યાસ કીધો નથી. એટલે નળી ફેફસાં ઉપર કે હૃદય ઉપર મૂકો છતાં સામાન્ય માણસને તેનાથી જ્ઞાન થાય તેથી વિશેષ તમને થાય એમ હું માનતી નથી. તેટલું જ તમોને થરમોમીટર નિરૂપયોગી છે. માનો કે એનાથી તાવનો તોલ કાઢી શકાય છે. અર્થાત તે તાવ માપવાનું ત્રાજવું છે અને એના આધારે તમે શરીરમાં કેટલી ગરમાઇ ભરાઇ છે તે સહેજે પારખી શકો, પણ થરમોમીટરના આશ્રયે જતાં તમારૂં નાડીજ્ઞાન ગુમાવી બેસશો એનો ખ્યાલ આવે છે? તમારા વાત, પિત્ત, અને કફ–દ્વંદ્વ અને ત્રિદોષના સિદ્ધાંતો, તમારૂં નાડીતરંગિણીનું અૌલોકિક જ્ઞાન, દેડકાની, સર્પની, નોળીયાની, એમ વિવિધ પ્રાણીઓની ગતિ ઉપરથી પ્રથમ અપાયેલું કલ્પના નાડીજ્ઞાન, તે હરહમેશના અભ્યાસથી અને સેંકડો વિધવિધ પ્રકારના દોષથી કોપેલી મનુષ્યની નાડી ઉપર નિરીક્ષણ વધવાથી કેટલું દૃઢ અને સંપૂર્ણ બને છે? જ્યારે કૃત્રિમ સાધનો દ્વારા કાર્ય કરવાથી, સ્વસિદ્ધ જ્ઞાન લોપ પામે છે.

'વૈદ્યરાજ ! તમારી મહત્તા નાડીજ્ઞાનથી હોય. તમે ડાક્ટરની માફક ખીસ્સામાં લટકતી નળી રાખી દરદીના ખાટલે જઇ, નાડી ઉપર હાથ મૂક્યા પછી કાંડા ઉપરના ઘડિયાળ સામે નજર કરી નાડીના ધબકારા ગણવા લાગો ત્યારે હંસ મોતીનો ચારો અને માન સરોવર છોડી કંગાલ કાગડાની સાથે મરૂભૂમિના સૂકા બાવળના ઝાડ ઉપર બિરાજે અને તેને જોઇ જેટલી દયા ઉપજે તેટલી દયા ખાવા લાયક ગણાઓ ! ભલે બીજી પથીઓ દર વરસે નવા નવા વ્યાધિઓનાં નામ પાડી ગોળ-ધાણાં વહેંચે. પણ તમારૂં અષ્ટાંગ આયુર્વેદ સંપૂર્ણ છે. તેમાં થયેલા શિલાલેખો, કાગળ ઉપર બ્લ્યુ શાહીના નથી કે એક વરસાદના ઝાપ-ટાથી ભુંસાઇ જાય. એ તો પત્થરમાં કોતરી અને સીસાથી ઢાળેલા વજ્રલેખો છે—એ સિદ્ધાંતસૂત્રો છે અને માનવશરીરને સંપૂર્ણ બંધબે-સતા છે. એટલું જ નહિ પણ તે દીર્ઘાયુ અને પુનર્જીવન આપનારા છે. અને જ્યાંસુધી ભારતના સૂર્ય ચંદ્રો તપે છે ત્યાંસુધી એમાં ફેરફાર કરવાની જરૂર નથી—ફેરફાર કરવો પડે એમ નથી. એ તો બીજી થીયેરીને મુબારક હો કે જે આજે સિદ્ધાંત તરીકે રજુ કરી, આવતી કાલે એને ખોટું ઠરાવી **इदं तृतीयम्** ઉભું કરે ! એકડો લખે, તેને ભૂંસે અને ફરી બગડો લખે ! આયુર્વેદના પ્રણેતા એવા બાળ-કશાહી રમત રમનારા ન હતા. એ તો સમજતા હતા કે માનવ-શરીરના જીવન–મરણની મધ્યમાં રહી કામ કરવાનું હોય એનું નામ ચિકિત્સક અને ચિકિત્સા. એ નિર્જીવ ન હોવાં જોઇએ. હું એમ પૂછું છું કે કોઇ પણ થીયેરીનો નિષ્ણાત વિજ્ઞાની બતાવશે કે નીઘંટુના, સુંઠ, મરી, ગળો અને કરીયાતાના જે રસ, ગુણ, વીર્ય, વિપાકનો ઉલ્લેખ હજારો વર્ષ પહેલાં થયેલો છે તેમાં આજસુધી કોઇએ ફેરફાર કર્યો છે? કરવાની શક્તિ છે? ફેરફાર કરવાનો તો રહ્યો, પણ એ ઉપરથી એ જ ગુણોને નજર સામે રાખી ઉપયોગ થાય છે, છતાં તેને નવી શોધ તરીકે આગળ લેવાય છે અને જૂની આંખે નવા ચશ્મા પહેરનાર જગત વધાવે છે ! છતાં દેશી વૈદ્ય પોતાના પુરાતત્ત્વ ઉપર

નિર્ભર છે. તેને અન્યની અપેક્ષા નથી. વાઘરણ બાદશાહની રાણી થાય પણ પોતાના જૂના સંસ્કારોને ન ભૂલે, અને ઘેરઘેર માગી ખાવાનું ન બને તો છેવટે મહેલની જાળીએ–અટારીએ રોટલાના ટુકડા મૂકી 'દેજો માબાપ!' કરી એ ટુકડા લઇ ખાય ત્યારે સંતોષ થાય. એમ વૈદ્ય બનવા છતાં અંતઃકરણ ઉપર લાગેલી અન્ય ચળકતી થિયેરીની છાપ ન ભુલાય એટલે રોટલાના ટુકડાથી જેની ઉપયોગિતા તરીકે વધારે કીંમત નથી એવાં સાધનો રાખી 'વર્ણસંકર વૈદ્ય' બને! ન એ સદ્વૈદ્ય રહી શકે, ન ડાકટર બની શકે. પિત્તજ્વરને મેલેરીયા, અને યકૃતને લીવર કહેવામાં એટલી બાહોશી બતાવે, જેટલી નાટકમાં રાજા-પાઠધારી ભિક્ષુક! આ બધું બને છે મોહથી, અજ્ઞાનથી, અપૂર્ણતાથી. તમારી મૂત્રપરીક્ષા, મળપરીક્ષા, આંખની રેખા અને નખની કાન્તિ જોઇ લઇને થતી રક્તપરીક્ષા સસ્તી, સહેલી, સાદી અને એટલી સચોટ છે કે તેમાં જરા પણ ભૂલાવો થતો નથી. અને એનાથી વ્યાધિનું પૂર્ણ–સંપૂર્ણ નિદાન થઇ શકે છે. એ હિંદ જેવા ગરીબ દેશને દરેક રીતે યોગ્ય છે. એ બધી પરીક્ષાઓ માટે સાધન તરીકે તમારા હાથનાં આંગળાં: એથી આગળ વધી સ્વચ્છ જળ, તલનું તેલ, કે બહુ તો સળગતા અગ્નિના કોયલા. એ સિવાય તમને નથી લેબોરેટરીની જરૂર, કે યંત્રો કિંવા જાતજાતના એસીડો અને વિવિધ મિશ્રણોની જરૂર. છતાં તેમાંથીયે પસાર થયેલા લોહી, કફ કે પેશાબ ઉપર ચોક્કસ ક્યાં છાપ મરાય છે? અનુમાન અને કલ્પના ખાતર ખુવાર શા માટે થવું?

'મારા એક છોરેના ભાઇની વાત છે. એ વાત તમને હું કહું. તદ્દન સત્ય ઘટના છે. જરા પણ અતિશયોક્તિ નથી. એ ભાઇ ખાવામાં અકરાંતિયા, અનિયમિત જીવન ગાળનારા, જમીને બેઠા હોય તોય જો કોઇ મીઠો નાસ્તો આગળ ધરે તો પાશેર પાશેરના પાંચ કોળીઆ ભરી લે. એનું પરિણામ એ આવ્યું કે તેમને અજીર્ણ રહેવા લાગ્યું અને તેમાંથી અજીર્ણ જીર્ણ થયું છતાં તેમની ખાવાની રીત બુભૂક્ષિતપણું

મટ્યું નહિ, અને ધીરે રહી અતિસાર થયો, એમાંથી થયો સંગ્રહણી. છતાંય ખાવામાં તેવા જ હોંશિયાર, પણ દુઃખ અને વ્યાધિ એ કોને સારાં લાગે? તેમાંથી છૂટવા દવાઓ કરવા લાગ્યા, અને પડયા વૈદ્ય તથા ડાકટરના ચક્કરમાં. એક કંઇ કહે, બીજો બીજું બતાવે. 'ઝાઝી સુયાણીએ વેતર વંઠે' એમ ચાર દિવસ ડાકટર, આઠ દિવસ વૈદ્ય અને પાંચ દિવસ પોતાની દવા, એકાદ દિવસ હકીમની દવા. એમ આગળ વધતાં વ્યાધિ પણ આગળ વધ્યો, અને પછી બન્યા પથારીવશ. બે જણા હાથ પકડે ત્યારે ઉભા થવાય. એ અરસામાં નજીકના કોઇ આપ્તવર્ગે સહેલી અને સસ્તી સલાહ આપી: 'તમે એમને મુંબઇ લઇ જાઓ, અને નક્કી તો કરો કે આ શો વ્યાધિ છે?' એ સલાહ સહુને ગમી. દરદી સાથે બેચાર જણા તૈયાર થઇ, બિસ્તરા પોટલા તૈયાર કરી, બીજે દિવસે ઉપડયા મુંબઇ; અને ત્યાં ગયા પછી સારામાં સારા નિષ્ણાત અને છેલી પરીક્ષા પાસ કરી વિદેશ જઇ આવી, પૂર્ણ જ્ઞાન મેળવ્યું હોય એવા ડાકટરને બતાવીને નિદાન કરાવવાનો સહુનો મત મળ્યો. સવારમાં ગાડી કરીને ગયા એમના દવાખાને, તો જવાબ મળ્યો કે 'તમે સાંજે આવો. આજે ડાકટર સાહેબ એમના ખાસ અંગત કામે બહાર ગયા છે.' સાંજે ગયા છતાં ખબર મળી કે 'તમે કાલે સવારે આવો, સાહેબ ક્રિકેટ રમવા ગયા છે.' એમ ત્રણ દિવસ ધક્કા ખાધા પછી મુલાકાત થઇ. શરીરની થોડી તપાસ પછી એમણે જણાવ્યું: 'તમારા શરીરની મેં તપાસ બરાબર કરી છે. છતાં તમારે કલીનીકમાં તમારૂં લોહી, તેમ જ બીજી લેબોરેટરીમાં કફ અને ત્રીજી જગ્યાએ પેશાબ, તેવી જ રીતે ઝાડો તપાસરાવી એ દરેકના રિપોર્ટ લઇ આવવા પડશે. અને તો આજે પહેલાં ફોટો પડાવી દેજો. એ બધું તૈયાર કરી લાવો, પછી હું વ્યાધિનો નિર્ણય કરીશ. તે દરેક જગ્યા માટે હું તમને ભલામણપત્ર આપું છું. એટલે તમને જલદી અને સારી રીતે કામ પતાવવામાં અનુકૂળતા પડશે.' ચારેક દિવસના પ્રયત્ન પછી બધાયે રીપોર્ટો, ફોટો અને જે જે મંગાવેલું એ હાજર કર્યું અને ડાકટર

સાહેબે નિર્ણય કર્યો: ' તમારાં આંતરડાં બહુ નબળાં છે. ખોરાક ડાઇજેસ્ટ થતો નથી, એની આ બધી ફરિયાદ છે. એથી તમને દવાઓ લખી આપું છું. કેમીસ્ટને ત્યાંથી તે ખરીદી લઇ તમારે ગામડાની હવામાં ચાલ્યા જવું. શહેરનું ગુંગળાવનારૂં વાતાવરણ તમારે માટે યોગ્ય નથી.' અદવાડિયાની મુંબઇની છાયા છોડી ઘેર આવ્યા અને લખી આપેલી દવાઓને શરૂ કરી. ઇશ્વરકૃપાએ ઝાડા વધી પડયા અને ત્રીજે દિવસે એકના પાંચ, બીજીના આઠ, ત્રીજીના પંદર રૂપિયા, એમ અડધોએક ડઝન પેટંટો ખરીદેલી એ બધીનાં મોઢાં ખોલ્યાં, છતાં તે નિરૂપયોગી બની. હવે સવાલ ઉભો રહ્યો કે દરદીને શું કરવું ? કારણ કે આ બધી દોડધામથી એક લાભ થયેલો ! મુંબઇ લઇ જવા પત્નીના ચારસો રૂપિઆના દાગીના ગીરો મૂકીને એ નાણાંનો તો મુંબઇના કલીનીકો અને ડાકટર સાહેબની ફીમાં સદુપયોગ થઇ ગયેલો, અને હવે બાકી રહેલા એક મકાનને ગીરવી મૂકવા માટે વિચારણા શરૂ થઇ. એ દરમ્યાન મારૂં ત્યાં જવું થયું અને સંજોગસ્થિતિનો વિચાર કરીને કહ્યું : ' ભાઇ ! તમે આ શું દોડધામ મચાવી રહ્યા છો ? તમારો વ્યાધિ ખુલ્લો છે કે તમને ખોરાક પચતો નથી અને પચે નહિ ત્યારે જ ઝાડા થાય. આવી ઉઘાડી બાબત માટે તમને આવું ભૂત કોણે ભરાવ્યું કે મુંબઇ જઇને નાહક નાણાંનો ધુમાડો કરી જે નિર્ણય ઉઘાડો છે તેના ઉપર વિદેશી યંત્રની મહોરછાપ લગાવી આવ્યા ત્યારે સંતોષ થયો ? આમાં બાબત ઉઘાડી છે કે ખોરાક જો પચે નહિ તો લેવો જ નહિ, એટલે જો રહીસહી મિલ્કત બચાવી લેવા માગતા હો તો આજથી જ બધી જાતના ખોરાક બંધ કરી, માત્ર ગાયની છાશ લેવી શરૂ કરો. દવાની તો એમાં કોઇ પણ જાતની જરૂર જ નથી. છાશ પોતે જ મળને બાંધે, આંતરડાંને રૂઝવે છે અને પાચક યંત્રોને ફરી વ્યવસ્થિત કરી પુનર્જીવન આપે છે. અને હું માત્ર એક સ્ત્રી જાતિની છું. છતાં મારો જાતિઅનુભવ બહોળો છે. દવાનાં આજ બે પડીકાં મારી પાસેથી મોકલું છું. માત્ર આજની છાશથી તમોને થતા ઝાડામાં સુધારો જણાય તો આપણે આગળ વધીશું.'

'કોણ જાણે કેમ પણ મારા વચન ઉપર એમને વિશ્વાસ આવ્યો અને એમણે બધો ખોરાક છોડયો. મેં મારી પાસેથી લવણ ભાસ્કર ચૂર્ણનાં બે પડીકાં મોકલ્યાં. એમણે એ છાશ સાથે લીધાં. પહેલા દિવસે જ એમને ઝાડામાં મોટો તફાવત દેખાયો. એનું કારણ હતું તો અનાજ બંધ કરવાનું અને છાશનું, છતાં જ્યારે પ્રથમ દિવસે આટલો ફાયદો થયો એટલે શ્રદ્ધા બેસે એ સ્વાભાવિક છે. બીજા દિવસે અમારા એક વૃદ્ધ વૈદ્યને બોલાવી નિર્ણય કર્યો અને એમને બે મહિના છાશ ઉપર રાખવાની શરૂઆત કરી. બહુ નબળા થઇ ગએલા એટલે શરીરમાં શક્તિ રહે અને છાશને મદદ કરે એવી રીતે દવા તરીકે સુવર્ણ પર્પટી, પંચામૃત પર્પટી, ચિત્રકાદિ ચૂર્ણ, વગેરે આપવાનાં શરૂ કર્યાં અને બે મહિનાની અંદર તો એ ભાઇ ઘણા જ તંદુરસ્ત, પૂર્ણ નીરોગી થઇ ગયા.

'વૈદ્યરાજ ! મેં આજે તમારી સાથે બહુ વાતો કરી છે. કેટલીક બાબતો તો જે તમારામાં નથી એવી પણ મેં તમારે નામે ચઢાવીને કરી નાંખી છે; છતાં તમે અમારા ઘરના વૈદ્ય એટલે તમને કહેવામાં વાંધો નહિ. હું સમજું છું કે તમે કેવળ આયુર્વેદને ગૌરવ આપનારા સદ્દવૈદ્ય છો, તમને અન્ય સાધનો કે પથીનો મોહ નથી, તમે તે વાપરતા પણ નથી. છતાં કહેવું હોય વહુને અને સંભળાવે સાસુને એવી અમારી બૈરાંબુદ્ધિ ખરીને ! એટલે મેં કેટલાક આજના વર્ણસંકર વૈદ્યો જોયા છે અને એમની પ્રવૃત્તિ ઉપરથી ખેદ થવાથી તમને જ મેં કહી નાંખ્યું ! આજે આ સરકારના રાજ્યમાં કોઇને સાચું કહેવાય ? રખે વહેમાય–અને આકાશપાતાળ એક કરે તો ? નહિ તો મને તો તમારી એકાદ બે કાલેજો ઉપર પણ એટલો જ ખેદ થાય છે. તેઓ પણ કરવા જાય છે સારૂં અને એલોપથી–આયુર્વેદને સમન્વયે અભ્યાસક્રમ ગોઠવી અભ્યાસ કરાવે છે, પરંતુ પરિણામ એ આવે છે કે તેઓની કાલેજમાંથી બહાર પડેલો વૈદ્ય—ડાક્ટર જ બને છે–પાટીયા

ઉપર પણ ડાક્ટર લખે છે; સાધનો ડાક્ટરી વસાવે છે, દવાઓ વિલાયતી વાપરે છે, અને વળી થોડા તો દેશી વૈદકના નિંદક પણ બને છે. પણ આ બાબત નાના મ્હોંએ મોટી કરવા બરાબર છે. હું તો આ બધા સુધારાઓ દેશી વૈદકનું ખૂન કરતા નિહાળું છું. જુઓને, હમણાં હમણાં રજીસ્ટ્રેશનની બૂમ ઉપડી છે કે ગવર્મેન્ટ વૈદ્યોને રજીસ્ટર કરે છે. અને આ વાત સાંભળીને કેટલાએ વૈદ્યો હર્ષના આવેશમાં આવી જઇ ઉન્નતિનો અરૂણોદય નિહાળી રહ્યા છે. પણ વૈદ્યરાજ! ઉન્નતિની આશા રાખી રખે વહેમાતા!

卐

પ્રકરણ ૮મું

દેશી વૈદક પર ઘા

'મહાસભાવાદી સરકાર, દેશી વૈદ્યનો ઉદ્ધાર કરવા ખાતર હાલ તુરત વૈદ્યોને રજીસ્ટર કરવા માગે છે—અર્થાત સ્વતંત્રપણે, સ્વાવલંબી રહેલા વૈદ્યોને કાયદાની ધુરા નીચે લાવી, લોહશૃંખલાથી તેમનાં કાર્યો, કાર્યપ્રણાલિ અને જનસેવાના કાર્યને જકડી લઇ, પરાધીન, પરતંત્ર અને પરેશાન બનાવે છે. વિશાળ આયુર્વેદને સંકુચિત કુપજળાશય જેવું બનાવવા ખરડો ઘડાય છે, અને હિંદના મુઠ્ઠીભર વૈદ્યોના નામે ચાલતી સંસ્થાના બની બેઠેલા વૈદ્ય આગેવાનો ડેપ્યુટેશન લઇ તેમાં સુધારા સૂચવે છે અને થોડા વખતમાં લોઢાની, તાંબાની, ચાંદીની કે પછી સોનાની બેડીઓ આવીને વૈદ્યોના હાથમાં પડશે ત્યારે દુનિયાના ખૂણે ખૂણે રહેલા સેંકડો નહિ પણ લાખો વૈદ્યોની કુંભકરણ નિદ્રા ઉડશે. પરંતુ પછી લાભ શો?

'આજ સુધી પતિ વિનાની રહેલી કુંવારી કન્યા જેવી આયુર્વે
થીયેરીને લગ્નના કોડ જાગ્યા છે. એને હવે નધણીયાતું નથી રહેવું
એને તો ધણી જોઇએ છે. સરકારે આ કન્યાને કેટલીક વખત ઉપર
છલ્લી નજરે જોયેલી હોય, તેના રૂપ, ગુણ અને છટા તરફ એને સૂગ
ચઢી છે, અભાવ છે, અપ્રીતિ છે. તેની વરણી કરવા, તેને અપનાવવા
તેને ગ્રહણ કરવા તરફ અરૂચી છે. કારણ કે તેના જાનૈયાએ અ
કન્યાના, દુર્ગુણ, કુરૂપતા, કઢંગાપણાના ભારોભાર વખાણ કર્યા છે
એટલે અંતઃકરણપૂર્વક તેની સામે પણ જોવાની ઇચ્છા નથી. આવ
કદરૂપી કન્યાનો વિનાશ થાય એવું ઇચ્છતા વરપક્ષે અનેક અકુ
પ્રયત્નો કરી જોયા છે, છતાં અમર આયુષ્ય લઇ અવતરેલી કન્ય
નાશ નથી પામી–પામતી. કન્યા ગ્રહણ કરનાર વરરાજાને આટલ
અરૂચી છતાં ય, કુંવારો ખડો ઉતારવા આજે એ થીયેરીના વાલીઓન
તમન્ના જાગે છે. એ ઇચ્છે છે કે રાજ્યને વરી બેઠેલી રાણીઓ કેવ
મોજમજાહ ઉડાવે છે! કેવું માન મેળવે છે! કેટલો વૈભવ માણે છે
કેટલી ગૌરવે ગર્વિત છે! એટલે આ કન્યાના પણ જો લગ્ન થઇ જાય
તો પછી એ પણ એની બહેનપણી બને અને એટલા જ રાજવૈભ
વિહાર કરે!

'અને એથી જ આજ કન્યાપક્ષ તરફથી આજીજી ઉપર આજીજ
કરવા પ્રયત્નો આદરાયા છે અને ગમે તેમ કરી 'મારૂં માગું સ્વીકારો'ન
યાચના કરવામાં આવે છે. કોણ જાણે કેમ પણ વરપક્ષને ચ
કરગરતી કન્યા ઉપર દયા ઉપજી છે અને લગ્નના કરાર થાય છે તર
તેના ઉપર મહોરછાપ થવી બાકી છે.

'બિચારી વૃદ્ધ બની ગયેલી છતાં કુંવારી રહેલી આજે કન્યામાંથ
ગૃહિણી બને છે અને એ ગૃહિણી બનવા માટે ગમે તેવી આકર
શરતો તેને કબૂલ રાખે છૂટકો છે. મોટા ઘરનાં વહુવારૂ થવું એ ચ
કાંઇ જેવી તેવી વાત છે!

શરતો આ છે—તમને એકદંડીયો મહેલ આપવામાં આવશે. તમારા શિર ઉપર કાળા વાળનો ચોટલો છે તે બોડાવી બોડીયા રાખવા પડશે. તમે કાનમાં સુવર્ણ અલંકાર ધારો છો પણ ઇમીટેશનનાં એરીંગ પહેરવાં પડશે. તમારા શરીર ઉપરના સજાતા શૃંગારો તમે સ્વતંત્ર રીતે નહિ સજી શકો, પણ તેમાં દરમ્યાનગીરીપૂર્વક દેખરેખ રાખીને ઘટતો સુધારો થતો રહેશે તે તમારે માન્ય રાખવો પડશે, અને તેમાં તમારા નિર્ણિત કરી રાખેલા સિદ્ધાંતો સન્મુખ નહિ રાખવામાં આવે. દાખલા તરીકે વરરાજાને એવી ઇચ્છા હશે કે માથા ઉપર પાઘડી અને કેડ ઉપર ઘાઘરી પહેરો, તો તે તમારે જરા પણ આનાકાની સિવાય પહેરવાં જ પડશે. તમારા પહેલાં વરીને બનેલી વરરાજાની ગૃહિણીઓનું તમારે માન રાખવું પડશે. તમારી ખાતર તે જે જે સુધારા સૂચવે, જે જે ફેરફારો બતાવે તે તે તમારે કરવા જ પડશે. કારણ કે તે તમારી મોટી બ્હેનો છે, અને તેમની કૃપા ઉપર તમારો માનીતી કે અણમાનીતી થવાનો આધાર છે. આમ છતાં તમે એ કરારનો ભંગ કરશો કે તમારા માટે સાચી કે જૂઠી ફરીયાદ નોંધાઇ તો તમને શિક્ષા કરવાને, કેસ ચાલ્યા વગરનો નિર્ણય–શિક્ષા અને દંડનો અગાઉથી નક્કી કરવામાં આવે છે. આ બધી અને એવી બીજી કબૂલાતો માટે જો તૈયાર હો તો તમને અપનાવવામાં વાંધો નથી. અને તમે રાજાની રાણી કહેવાશો, છતાં વિચાર કરજો. આજ સુધી તમે જે રીતે હરીફરી શક્યાં છો, લોકોમાં ભેળવાઇ ગયાં છો, પ્રજામાં પ્રચાર પામ્યાં છો, તેવી રીતે નહિ વર્તી શકાય. કારણ કે તમે હવે નાગરિક કન્યા નથી રહ્યાં, તમે રાજાની રાણી બન્યાં છો! જો કે એથી રાજાએ તમારા ઉપર પ્રસન્ન થઇને તમને માનીતી રાણી બનાવી છે એમ તમારે માની લેવાનું નથી! તમારી ઉપરનાં તિરસ્કાર, સૂગ, અને અણગમો તો જેવાં ને તેવાં જ છે. માત્ર તમારા માનની ખાતર, તમારો ઉદ્ધાર થતો હોય અને કુંવારો ઘડો ઉતરતો હોય તો ચાર ફેરા સરકાર ફરે છે, અને એટલાથી જ તમારે સંતોષ માનવો. તમને

પોષણ આપવા, ખીલવવા કે સુઘડ બનાવવા માટેની જવાબદારી તમારે પોતાને શિરે છે. તે માટે હાલ તુરત કાંઇ કરી શકાય તેમ નથી. તેમ જ તમારે ફાલવા ફુલવાની જરૂર નથી, અને જેટલું તમારી આંતરિક શક્તિએ ફાલ્યાંફુલ્યાં છો તે પણ ઝાડીઝુડીને સાફ કરી, ઠુંઠાં જેવાં કરી મૂકાશું, એ ખાતે તમે બેફીકર રહેજો.

'વૈદ્યરાજ બંધુ! સમજાય છે ને? આ તમારા માટેનું રજીસ્ટ્રેશનનું બીલ અને તેની વ્યાખ્યા! ભલા ભગવાન! એકાદ બે મોટાં શહેરોના આંગળીના વેઢા ઉપર ગણી શકાય એટલા વૈદ્ય આગેવાનો, આરોગ્ય ખાતાના પ્રધાન શ્રીમાન ગીલ્ડર સાહેબ સાથે મળીને શી ગુફતેગો કરી રહ્યા છે, શા હરખના હૈયે રાચી રહ્યા છે તે નથી સમજાતું! તેમણે શા માટે આખા મુંબઇ ઇલાકાના વૈદ્યોનું-પ્રતિનિધિત્વ માન્યું છે? એમણે એક વખત પણ દરેકેદરેક વૈદ્યને મળી-મેળવી રજીસ્ટ્રેશન સંબંધમાં વિચાર કર્યો છે? તેની લાભહાનિની તુલાઓ ઉટાંકી છે? લાભના રતીભારીયાની સામી બાજુએ પડેલું હાનિનું મણીકું તેમની નજરે આવે છે કે નહિ? સરકારની સહાયતા સિવાય દેશી વૈદકને પોતાના પગ પર રહેવા દે તો દેશને કઇ જાતનું નુકસાન છે તે નથી સમજાતું. હિંદના માનવતનુના રગેરગમાં વ્યાપેલું દેશી વૈદું કઇ રીતે અને કેવી રીતે બંધનમાં આવી શકશે તે નથી કળાતું. વિદેશથી આવેલાં આરસેનીક, એકોનાઇટ અને સ્ટ્રીકનીનનાં મિશ્રણવાળાં પેટંટ ઔષધો કેમીસ્ટોને વેચવાની છુટ રહે છે, લોકોને વાપરવાની છુટ રહે છે, એક જણ બીજાને દવા તરીકે આપી શકે છે. એ પ્રાણહારક વિષારી ઔષધો છે. તેને માટે કાયદો આડે નથી આવી શકતો, કારણ કે તે છે માનીતી રાણીનાં રૂપાળાં સંતાનો! અને દેશમાંનાં કરીયાતું, કડું અને ઇંદ્રજવને ભેગાં કરી ફાકી આપનારને કદાચ વૈદ કહેવામાં આવે તો તેને માટે રૂા. ૫૦૦થી ૧૦૦૦ નો દંડ નિયત કરવામાં આવે છે! કહો આ તે દેશી વૈદ્યનો ઉદ્ધાર થાય છે કે તેનું ખૂન થાય છે?

'શીધર ગામનો એક ભાથીડો વાઘરી એક જ વનસ્પતિના લેપથી અરૂઝ ચાંદાં, નહિ મટતાં પાઠાં અને ગડગુમડ મટાડે, છતાં તે પોતાનું પોષણ જાતિના ધંધા ઉપર રાખે. એ જ ગામનો એક વૃદ્ધ જત કાનની નસ વીંધી કે અંગુઠા ઉપર ડામ દઇને, ઓપરેશનથી પણ ન મટે એવી વરાધો મટાડે, એક ગામડાનો વૃદ્ધ લુવાણો ખસની પડી બનાવી પાંચ આનાના પૈસામાં એક જ ખરડે ખસ, લુખસ અને ખુજલીને નાબૂદ કરે, અને એની પડીઓ એમ. ડી. જેવા ડાકટરો હોય તે શહેરોમાં પણ જાય, વપરાય અને વ્યાધિનો વિનાશ થાય! એક ગરીબ બજાયણી નાક–કાનના અસહ્ય વ્યાધિમાં વનસ્પતિનાં બેચાર ટીપાં મૂકી ચાર છ જીવડાં કાઢી, પીડાથી રોતાં આવેલાને હસતાં કાઢે, એક બોખી ભાગોળનો વહોરો એક જ જાતના સુવાવડીના ઉકાળાએ સુવાવડ પછીના સુવારોગ જેવા મહા વ્યાધિને માત્ર અગીયાર કે એકવીશ દિવસમાં સારા કરે. એક ચિત્રકુટનો સાધુ માત્ર પુનમની રાત્રે ખીર સાથે થોડી દવા ખવરાવી દમ અને શ્વાસના રોગીઓને આરામ આપે અને હજારોની સંખ્યામાં દરદીઓ લાભ લે, છતાં એક પૈસો ન બેસે. એક સવાસો વરસનો સંન્યાસી દેશની દોલત સમા પંડિત મદનમોહન માલવીયાને કાયાકલ્પનો પ્રયોગ કરાવી વૃદ્ધપણાની શીથીલતામાંથી યુવાનીના પુરૂષત્વમાં લાવી મૂકે. અને તેમાં હોય માત્ર આંબળાં અને નિર્જીવ દવાઓ! ગામડાંઓમાં અનુભવે વૃદ્ધ બનેલી ડોસીઓ જાણે આખો આયુર્વેદ ભણી કાઢયો હોય એમ શરદીના તાવમાં અજમાની કુરડી કરી વાતજ્વરને ઉતારે, ધાણાં ધરાખ પાઇ ઉલટી બેસારે, વા–ઉબેળાને (ઝાડા–ઉલટી) પિચોટી કરી, જાદુના મંતર માફક એક જ મિનિટમાં બંધ કરે, કમળો થયો હોય ત્યારે ચણા મંતરે અને નરણા કોઠે ખવરાવે. પગના મચકોડ ઉપર મીઠું ઉતારી એ મીઠાને વાટીને ચોપડાવે. પરંતુ આ બધાં પોતાને વૈદ્ય કહે તો તેમનો રૂ. ૫૦૦ થી ૧૦૦૦ દંડ!

'હિંદને પરાધીન બનાવનાર પરદેશીઓ અને પરદેશી માનસ ધરાવનાર સુધારકો શા માટે દેશની રહીસહી મિલકત દોલતનો વિનાશ કરવા ઉભા થયા છે? તેમને કોઇ સમજાવશે કે આયુર્વેદ—દેશી વૈદું એ તો હિંદનું જીવનસર્વસ્વ છે. એને કોઇની ઉપેક્ષા નથી, તેનાં અંગો સંપૂર્ણ છે. જો કાંઇ કરવા જેવું હોય તો તે અંગોને વિકસવાને માટે તેને આથી પણ બહોળી છુટછાટ આપવા દ્યો, એના વિકાસ આડા બંધ બાંધવા રહેવા દ્યો, દરેક વ્યક્તિને વૈદ્ય બનવા દ્યો, ખાદી અને રેંટીયો જેમ દેશના મહાયંત્રો ગણાય છે અને એના ઉદ્ધારથી હિન્દનો ઉદ્ધાર સમજાય છે, તેમ જો દેશી વૈદાના આંગણે ઉગતી વનસ્પતિના ગુણદોષ સમજાવવા શરૂ થાય, આયુષ્ય અને આરોગ્યનું સાચું નૈસર્ગિક જ્ઞાન આપવાનું શરૂ થાય, દરેક માણસ અનેક પદાર્થોના ગુણદોષ સમજે, વધારે નહિ તો પોતાના શરીરની પ્રકૃતિ અને તેમાં રહેલા વાત, પિત્ત, કફાદિ દોષોના સામ્ય અને અધિકપણાનું જ્ઞાન થાય અને એ પ્રમાણે શિક્ષણપદ્ધતિ સાથે સાચું આયુર્વેદનું જ્ઞાન વણી લેવામાં આવે તો આજે ગ્રેજ્યુએટ થયેલા યુવકને ખગોળ અને ભૂગોળનું પૂર્ણ જ્ઞાન હોવા છતાં, સુંઠ, ધાણા કે જીરૂં પેટમાં નાંખ્યાં પછી તેની અસર શરીરના જુદા જુદા ભાગ ઉપર કઇ કઇ જાતની થાય છે તેની ખબર નથી હોતી, તેની આવા જ્ઞાનથી ઉણપ ન રહે અને દેશની ગરીબ આર્થિક સ્થિતિને મોંઘાં સાધનોની સારવારની જરૂર પણ ન રહે.

'રજીસ્ટરના ખરડામાં એક કલમ એવી નાંખવામાં આવી છે કે રજીસ્ટર થયેલા વૈદ્યને સર્જરી (શસ્ત્રકર્મ), મીડવાઇફરી (પ્રસૂતિતંત્ર)—આ બે વિદ્યાનું જ્ઞાન હોવું જોઇએ. જો કે આ બન્ને અંગો આયુર્વેદનાં છે, છતાં આજ સુધી એ બન્ને અંગોને અનિવાર્ય આવશ્યકતાવાળાં માન્યાં નથી. એને લઇને મારૂં માનવું છે કે આજના દશ વર્ષથી શું પણ ૩૦ વર્ષથી વૈદકનો ધંધો કરનાર વૈદ્યને હાથમાં શસ્ત્ર આપી, એકાદ અંગનું ઓપરેશન કરવા કહો તો તે કરી શકે નહિ;

તેમજ એક વૈદ્યને પ્રસુતિ કરાવવાના કાર્યની સુપરત કરવામાં આવે તો તે પણ કરી શકે નહિ. કારણ શસ્ત્રકર્મની બહુ ઓછી જરૂરીયાતો આયુર્વેદ શાસ્ત્રના અભ્યાસકોને લાગે છે. જે વ્યાધિઓને શસ્ત્રકર્મથી ડાકટરો મટાડે છે તે જ વ્યાધિઓ બહુ સહેલાઇથી ઔષધોપચારથી મટાડવાનો દાવો વૈદ્યોનો પરંપરાગત છે. તેવી જ રીતે પ્રસુતિતંત્રનું કાર્ય, સૈકાઓથી સ્ત્રીઓના હાથમાં છે, અને તેમને સુયાણીઓ કહેવામાં આવે છે. તેઓએ પાશ્ચાત્ય પદ્ધતિથી જ્ઞાન નથી લીધું હોતું, પણ સુવાવડનું કાર્ય એટલી સહેલી અને સરસ રીતે તેઓ પાર ઉતારે છે કે તે પ્રમાણે આજની ભણીગણી ડાઉકી લાગતી મીડવાઇફો કરતી હશે કે કેમ તે શંકા છે. દાખલા તરીકે બસોથી ત્રણસો નાનાં ગામડાંથી વીંટાયેલા એકાદ શહેરની એકાદ મોટી હોસ્પીટલમાં ગણીગાંઠી મીડવાઇફો કામ કરે છે; અને તેથી આગળ વધીએ તો થોડી સંખ્યામાં છુટક પણ ખાનગી ધંધો કરતી મીડવાઇફો હશે. છતાં આજે પ્રસુતિ કરવાના કાર્યની ગણતરીથી આંકડા મૂકો તો નવાણું દેશી સુયાણીના હાથમાં કેસ હોય છે, જ્યારે એક કેસ મીડવાઇફના હાથમાં આવે છે. હવે મીડવાઇફે લીધેલા કેસો અને દેશી સુયાણીએ સુધારેલા કેસોનું નિષ્પક્ષપાતે તપાસ કરી, વર્ગીકરણ કરવામાં આવે તો અભણ ગણાતી સુયાણીઓનો આંકડો બહુ ઉંચા પ્રકારનો આવે. એનું કારણ છે ઉંચા પ્રકારનું, હિંદના શરીરને બંધબેસતું પ્રેકટીકલ, અનુભવી આયુર્વેદ થીયેરીનું જ્ઞાન.

'મારી માન્યતા પ્રમાણે એકાદ બહુ ઉંચા પ્રકારના શરીરતપાસના નિષ્ણાત ડાકટર સમક્ષ એક કેસ મૂકવામાં આવે. સુવાવડ પહેલાં પ્રસુતિ માટે કોઇ સારી હોસપીટાલમાં જઇ રહેલી અને ડાક્ટરની પુરી દેખરેખથી મીડવાઇફ નીચે છેલ્લામાં છેલ્લાં ઇંજેક્શનોનો મારો, ઉંચા પ્રકારનાં ખાંડી પીવામાં અને દારૂ પહેરવામાં વાપરી, શરીરને તંદુરસ્ત રાખવા થોડી ચહા, થોડું દૂધ અને થોડો કાંજી જેવો હલકો

ખોરાક લઇને પ્રસૂતીનું કાર્ય સમાપ્ત થયા પછી તેને શરીરતપાસ માટે સોંપવામાં આવે. બીજી તરફ દેશી સુયાણીની દેખરેખ નીચે ઘર-આંગણે પ્રસૂતી થઇ, થોડો સુંઠ અને ગોળ, થોડી ઘઉંના લોટની ઘીમાં સંતળાયેલી રાબ ખાવામાં, દેવદાર્યાદી કવાથ પીવામાં, વાવડીંગ અને વાકુંભા પહેરવામાં, વજ અને તેલ શરીરે ચોળવામાં—એ રીતે સાર-વાર લઇ સુવાવડમાંથી ઉઠેલી, લાલ લોકીએ તસતસતી બીને સોંપ-વામાં આવે. બન્નેનાં શરીર, અંતરાવયવો અને ગુહ્યમાર્ગોની પૂરી તપાસ પછી રિપોર્ટ આપે તો? એક પીળા દેડકા જેવી, લથડીયાં ખાતી, બેસે ત્યાંથી ઉઠવાની પહોંચ વિનાની, અશક્તિનો ખજાનો; જ્યારે બીજી સશક્ત, ગાલ ઉપર લાલ લાલ ચુમકીઓ ઉઠી હોય તેવી, ચાલતાં પગને પડછંદે ધરતી ધ્રુજાવતી, જેના સ્તનમાં શ્રાવણ અને ભાદરવાના મેઘની હેલ્યો ભરી હોય એમ બાળકને એક બાજુ સ્તનપાન કરાવતી હોય ત્યારે બીજા સ્તનમાંથી દૂધની સેડગો છૂટે !

‘એકની સારવાર છે આંગ્લવિદ્યા પ્રમાણે મીડવાઇફરીની, બીજીની સારવાર છે હિંદને બંધ બેસતી આયુર્વેદની દેશી થીયેરીની. દેશી સુયા-ણીઓ હાથમાં શસ્ત્ર લઇને કિંવા ગર્ભાશયમાં હાથ દાખલ કરી ગર્ભના ટુકડા કરવામાં એટલી પાવરધી નહિ હોય, પણ જ્યાં એની દેખરેખ હેઠળ સુવાવડનું કાર્ય શરૂ થાય છે ત્યાં એવો પ્રસંગ જ નથી આવતો કે બાળકને ટુકડા કરી કાઢવું પડે. પ્રસવ થવાના એકાદ બે દિવસ અગાઉથી જ પેટ ઉપર હાથ મૂકી તે અનુભવથી કહી આપે છે કે પ્રસૂતિ-કાળને આટલો વખત છે. અને જ્યાં પ્રસૂતિનો સમય આવી લાગે એટલે પેટ ઉપર કડલાં દેવાની (ગર્ભને સિદ્ધિ રીતે પ્રસવવામાં કરવી જોઇતી પેટ ઉપરની ક્રિયા) એવી સરસ ક્રિયા એ જાણતી હોય છે કે સંજોગવશાત્ બાળક અધોમુખો ન હોય તો પણ એ ક્રિયામાં બાળકને અનુકૂળ બનાવી પ્રસવ કરાવે છે. મારી બ્હેનપણીનો એક તાજો દાખલો છે. તેને પ્રસવકાળ નજીકમાં આવ્યો, તેની દર વખતની સુયાણી કોઇ અગત્યના કામે બહાર ગયેલી અને

બાઈને પ્રથમ બાળકનો હાથ બહાર દેખાયો એટલે સારવાર કરનારાં ગભરાયાં. એક લેડી ડોકટર અને એક સર્જન સાહેબને બોલાવવામાં આવ્યાં. તેમણે ગર્ભની સ્થિતિ જોઈને જણાવ્યું કે બાળકને કાપી કાઢવું જોઈશે. તેનો અમલ કરવા, શસ્ત્રની પેટી મંગાવવામાં આવી, એ જ વખતે પેલી સુયાણી પણ આવી પહોંચી અને તેણે પ્રસૂતાની સ્થિતિ તપાસ્યા બાદ ડાકટરને વિનતિ કરી કે બાળકને કાપી કાઢતા પહેલાં પોતાની બુદ્ધિ અજમાવવાની તક આપે. એ માટે ડાકટર સહમત થયા. એટલે સુયાણીએ તુરત જ એક પડીકું પોતાની પાસે દવાનું હતું તે બાઈને પાઇ દીધું અને એક ઇંટના ટુકડાને સારી રીતે તપાવી એક કપડાના બેવનમાં ઉંચકી લઇ બાળકનો જે હાથ બહાર આવેલો તે હાથ ઉપર ધીમે ધીમે એ તપાવેલો ઇંટનો ટુકડો અડકાડવા માંડયો. એકદમ અડકાડવાની સાથે એ હાથ અંદર ખેંચાતો ગયો અને લગભગ અધો ખેંચાઇ ગયા પછી પેટ ઉપર કડલાં દેવાં શરૂ કર્યાં. બીજી બાજુ પાયેલ પડીકાના ગુણથી બાઈને વેણ (પ્રસવ થવાની હાજત) પણ આવવા લાગી, અને બહુ જ આસાનીથી સંપૂર્ણ પ્રસવ થયો. તેમાં બાળકનો હાથ સાધારણ દાઝેલો, તે સિવાય કોઇ નુકસાન થયેલું નહિ. ડાકટર ખુશ થઇ ઘેર ગયા.

દેશી ક્રિયાથી સો રૂપીઆનો ઓપરેશનના ખર્ચનો બચાવ થયો અને બાળક જીવતું રહ્યું. માવજતમાં ગરમ ઇંટના ટુકડાથી દાઝવાની દહેશતવાળા બાળકે હાથ સંકેલ્યો. બીજી તરફ તેને અધોમુખ બનાવવા પેટ ઉપરની ક્રિયા થઇ. ત્રીજી તરફ પ્રસવક્રિયામાં વેણ ઉત્પન્ન કરવા પડીકું આપેલું તેમાં એક વાલ તજનું ચૂર્ણ અને એક વાલ ફુલાવેલો ટંકણખાર—આ બે વસ્તુ મેળવેલી હતી. એ બન્ને ચીજો વેણ લાવવામાં અંગ્રેજી ઇંજેકશનોના જેટલું કામ કરે છે અને પ્રસવકાળ નજીક લાવે છે. તે બંધ થયેલી વેણને પેદા કરે છે અને બાળકના પ્રસવ પછી નિકળવા જોઇતા બલગમનો નિકાલ થાય છે. એક ઇંજેકશનની કીંમત છે રૂા. ૬, બીજી દવાની કીંમત છે એક પાઇ !

'આ બધી હકીકતથી કહેવાનો અર્થ એવો નથી કે શલ્યતંત્ર અને પસૂતિતંત્રના જ્ઞાનથી વૈદ્યોને અજ્ઞાન રાખવા! ભલે સુશ્રુતના શલ્યતંત્રને સામે રાખી વૈદ્યોને કેળવણી આપવામાં આવે અને પ્રસૂતાની દેશી સારવારની ઉપયોગિતાને નહિ વેડફી નાંખતાં, એના અનુકૂળ જ્ઞાનને વધારે. પણ હાલ તુરત એ બંને જ્ઞાનના અભાવવાળાને રજીસ્ટર ન કરવા એમ જ જો કાયદો કહેતો હોય તો એનો અર્થ એ થાય છે કે સારી દુનિયામાંથી દેશી વૈદ્યોને પ્રેકટીસ કરતા બંધ કરવા અને દેશી વૈદકને દેશનિકાલ કરવું!'

મારી બેનનું આ વ્યાખ્યાન આગળ ચાલત, પણ 'રખે વહેમાતા'ના વાચકોની ટપાલ મારી ઉપર આવી પડી, એ વાંચવામાં મેં મારી વૃત્તિ સકેલી એટલે અમારો વાર્તાલાપ આટલેથી અટકયો.

卐

પ્રકરણ ૯મું
પ્રાણાયમ કરો

એક પેપરના શ્રીમાન તંત્રીજી સાથે હું બેઠો હતો. તે વખતે પેપરોમાંથી એક દેશના વિભૂતિ સમા દેશનેતાને ૭૪ વર્ષની ઉમરે, થયેલા હાર્ટફેલના સમાચાર વાંચીને મેં કહ્યું: 'આજ કાલ જુઓ તો જે અને તે હાર્ટફેલથી ખલાસ થઇ જાય છે. અખબારો પણ જાણે હાર્ટફેલના સમાચાર વરરાજાની જાનરડી માફક પહેલી તકે છાપી કાઢે છે. આ તે હાર્ટફેલનો જમાનો હશે કે હાર્ટફેલ થવું એ મહત્તા હશે?'

'હું પણ એ જ કહું છું કે માણસ મરે ત્યારે થાય શું? મૃત્યુ કોને કહેવાતું હશે? જે કોઇ મરતા હશે એને શું થતું હશે? હાર્ટફેલ

ચનારનું હૃદય બંધ થતું હશે અને બીજાં લોકો બીજી રીતે મરતાં છતાં તેમનું હૃદય શું ચાલતું હશે ?' તંત્રીજી બોલ્યા.

કોણ જાણે કેમ પણ વીશમી સદીમાં જે પવન વાય છે અને જે વાયરો ચઢે છે તે એટલા જોરથી ફુંકાવા લાગે છે કે ચારે દિશાના છેડા સુધી પહોંચવા છતાં પણ તેનું શમન થતું નથી. કોઇ ધન્ય પળે 'હાર્ટફેલ' પ્રસિદ્ધિમાં આવ્યો અને દુનિયાએ તેને વધાવ્યો ! આયુર્વેદ શાસ્ત્રમાં આરપાર નીકળી જવા છતાં 'હાર્ટફેલ' ક્યાંય જોવામાં નથી આવતો. હા, હૃદયરોગ તો અનેકવિધ છે. એની વ્યાખ્યા કરવા બેસીએ તો વૈદ્યક ગ્રંથ લખાય. પરંતુ એની જરૂર પણ નથી, માત્ર જરૂર છે હાર્ટ અને ફેલની વિચારણાની. આપણે એ બાબત બહુ લાંબી ચર્ચામાં ન ઉતરીએ તો ટુંકું અને ટચ હાર્ટ એટલે હૃદય અને ફેલ એટલે બંધ થવું. હૃદયનું કામ કરતાં અટકી જવું એટલે હાર્ટફેલ.

પણ હાર્ટ કામ કરતાં અટકે શા માટે ? શરીરમાં અસંખ્ય અવયવો છે. વિધવિધ ઓફીસો અને કુદરતની કરામતનો નમૂનો તે માનવશરીર : અને તેમાં પણ શરીરના મધ્ય ભાગે બહુ જ વ્યવસ્થાપૂર્વક, કાળજીપૂર્વક ગોઠવેલું હૃદય. એ યંત્ર એટલું બધું મજબૂત, સ્થિતિસ્થાપક અને કારીગરીના નમૂના રૂપ છે કે બીજી બધી મશીનરીઓ ભાંગે, તુટે, અટકે, ચાલે, બંધ પડે, પણ આ ઘડિયાળની તો માણસના જન્મથી–જન્મ પહેલાં જ એવી ચાવી દઇ મૂકેલી કે છેવટ–અંતીમ ઘડીએ જ્યારે એકેએક ઓફીસ બંધ પડી ગઇ હોય, એકેએક પેગામો હુકમ ઉઠાવતા ગતપ્રાણ હોય, એકેએક ઇંદ્રિયો ગતિશૂન્ય, ચેતનાશૂન્ય થઇ ગઇ હોય, હેડ ઓફીસ અને સંદેશવાહક વાયરલેસો પણ તુટી ગયા હોય, તોપણ આ ઘડિયાળ રહ્યા સહ્યા–પ્રાણપોષણે ટક-ટક–ટક અવાજ આપનારૂં એવું હૃદય ફેલ શા માટે થતું હશે ?

લોકો કહે છે કે કેટલીએ કંપનીઓ એવી હોય છે કે પોતે પ્રથમ સરસ નમૂના કાઢે, અને જ્યાં માલ ચાલુ થયો એટલે શરૂઆતમાં જે

દાગીના સરસ રીતે બનાવ્યા હોય તેની ઉચ્ચતા, તેનું ટકાઉપણું, તેની સુઘટ્ટતા પાછળથી ન રહે. પછી એ જ કંપનીનો માલ જુઓ તો શરૂઆત જેટલો વખાણવા લાયક ન હોય.

મને લાગે છે કે કુદરતની પણ આ મનુષ્યરૂપી દાગીના પહેલાંના જેવા તૈયાર કરવામાં બેદરકારી હશે. પહેલાં જે હૃદય મનુષ્યના શરીરમાં ગોઠવાતું હશે તે વધારે કાળજીપૂર્વક ઉંચા પ્રકારનું બનેલું હોવું જોઇએ અને હવે આ વીશમી સદીમાં કુદરત પણ જાપાનીઝ બની ગઇ લાગે છે! કેમકે લાગલો જ હાર્ટ ફેલ! જે અવયવ બધાં અવયવોની પાછળ બંધ પડનારૂં તે પહેલું બંધ પડે ત્યારે બીજો શો તોડ કાઢવો?

હૃદય શું? એ પ્રશ્ન કરવાની જરૂર નથી. દરેક માણસ છાતીની ડાબી બાજુ ત્રીજી પાંસળીથી છઠ્ઠી પાંસળીની વચમાં હાથ મૂકે તો હૃદયની ચાલવાની ગતિનો હાથને સ્પર્શ થાય છે. હૃદયને આપણે એક જાતનો પંપ કહીએ તો ખોટું નથી. કારણ કે એ પંપના ધક્કાથી જ આખા શરીરના છેડા સુધી લોહી ધકેલાય છે અને એ ગતિને કારણે જ અનેક રક્તવાહિનીઓ અને ધોરી શિરાઓ ગતિમાન રહે છે. નાડીઓના સ્પંદ–ધબકારા એ હૃદય–પંપના પ્રતિધ્વનિ છે. હૃદયમાં પણ બે વિભાગ અથવા ખંડ છે. એકમાં શુદ્ધ લોહી રહે છે, બીજામાં અશુદ્ધ. આ અશુદ્ધ લોહી ફેફસાંમાં જઇ શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયાથી શુદ્ધ થઇ, બીજા ખંડમાં આવી શરીરમાં ફરવા જાય છે. ત્યાંથી લોહી કાળા પરમાણુંઓ લઇ આવી, ફેફસામાં શુદ્ધ થાય છે. બહારથી આવેલી હવા ઓક્સીજન અંદર ભરે છે અને કારબનને બહાર કાઢે છે. એક મીનીટમાં લગભગ ૬૦ થી ૮૦ ધબકારા હૃદયનો પંપ ધકેલે છે.

હૃદય એ આખા શરીરનું ચેતનાસ્થાન છે, અને એનો સંબંધ સમગ્ર શરીર સાથે તો છે જ. છતાં ફેફસાં, શ્વાસોચ્છવાસ અને મગજ સાથે બહુ જ સીધો–અગત્યનો સંબંધ તે ધરાવે છે. હૃદયના સ્વતંત્ર રોગ 'ડાઇલેટેશન' (હૃદય પહોળું પડી જવું), 'હાઇપરટ્રોફી'

(હૃદય મોટું થઈ જવું.) જેવા છે, પરંતુ તે તો તેના રચનાના રોગો છે. છતાં હૃદય અન્ય રોગોના કારણે પણ રોગીષ્ટ બને છે ખરૂં.

લોહીમાં અશુદ્ધતા, ફેફસાના વ્યાધિ અને માનસિક રોગો આ ત્રણે પ્રકારના શરીરગત વ્યાધિઓથી હૃદય રોગીષ્ટ બનતું રહે છે. છતાં અત્યારે હાર્ટફેલ જેને કહેવામાં આવે છે એવો કોઈ ખાસ સ્વતંત્ર વ્યાધિ નથી. બાકી હૃદય એ શરીરયંત્રનો ગવર્નર હોવાને કારણે શરીરમાં અથવા શરીરે પોતાનું જરા પણ સમતોલપણું ગુમાવ્યું એટલે એને મેદાને પડવું પડે છે. દાખલા તરીકે તાવ આવવાથી તુરત હૃદયની ગતિ વધી જાય છે એ આપણે સાધારણપણે જોઈ શકીએ છીએ, અથવા સાંજના વખતે તમે ઘરની અંદર પ્રવેશ કરતા હો, દીવાબત્તી ન હોય અને એવા વખતે સર્પના આકારનું દોરડું તમારા પગ પાસે પડેલું તમે જુઓ અને તેને ભ્રાંતિથી તમે સર્પ કલ્પી નાંખ્યો, પછી છાતી ઉપર હાથ મૂકી જુઓ તો હૃદય જોસભેર દોડી રહ્યું હશે. કારણ? કારણ કે ભયની કલ્પના મગજે કરી અને તેનો સંદેશો હૃદયે ઝીલ્યો અને તેમાંથી મુક્ત થવા હૃદયની ગતિ વધી. એવી જ રીતે કામ, ક્રોધ, લોભ, ઇર્ષ્યા, ઇષણા, વગેરેમાં હૃદય સ્વતંત્રતા ગુમાવીને પરતંત્ર બને છે. તેને આવેગો, પ્રત્યાઘાતો ઝીલવા પડે છે; અને તેની પાસે પ્રમાણસરનું જે કામ પડયું હોય એ ઉપરાંત આવું અસ્વાભાવિક કામ કરવું પડે છે તેટલું એ કમજોર બને છે. અને એવા અસ્વાભાવિક કાર્યથી બચાવવા શાસ્ત્રકારોએ દીર્ઘાયુષી થવાના ઉપયોગમાં કામક્રોધથી મુક્ત રહેવાનો પણ એક અગત્યનો ઉપાય બતાવ્યો છે. અને એ હૃદયને મજબૂત બનાવવા, પ્રાણસ્થાપક અને આયુષ્ય વધારનારા પ્રયોગ ફરજીઆત ધર્મના ઓઠા તળે મૂકી મનુષ્યજીવનની મહત્તા સમજાવી છે. ધર્મને તો બહુધા જમાનાએ દાંભિકતાનું સ્વરૂપ આપી દીધું છે, અને તેમાં રહેલા કેટલાય દીર્ઘ જીવનના અણમોલા ઉપાયોથી આજે હિંદની જનતા વંચિત રહેવા પામી છે.

શરીરની ગતિ હૃદયને અવલંબીને રહી છે. હૃદય શ્વાસોચ્છવાસના આધારે ગતિમાન રહે છે અને શ્વાસોચ્છવાસ એ પ્રાણધારણ ગતિમાન સક્રિયતા છે.

શ્વાસોચ્છવાસમાં લેવાતી હવા બહારની દૃષ્ટિએ શુદ્ધ હોવા છતાં પ્રાણને પોષણ આપતી નથી. તેમ જ પૃથ્વીના પાસેના વાતાવરણની જાડી હવા નહિ સહન થઇ શકવાથી, નબળાં ફેફસાંવાળાને પહાડ અને ડુંગર ઉપરની પાતળી હવામાં હવાફેર કરવા મોકલવામાં આવે છતાં તેથી પ્રાણનું સંધાન થઇ શકતું નથી. એનું કારણ છે પ્રાણની ગતિનું અજ્ઞાન. સારંગધરાચાર્ય કહે છેઃ

नाभिस्तः प्राणपवनः स्पृष्ट्वा हृत्कमलांतरम् ।
कंठाद् बहिर्निर्याति पातुं विष्णुपदामृतम् ॥
पीत्वाचांबरपीयुषं पुनरायाति वेगतः ।
प्रीणयन्देहमखिलं जीवंच जठरानलम् ॥

નાભિસ્તઃ પ્રાણપવનઃ એટલે નાભિમાં રહેલો પ્રાણવાયુ, સ્પૃષ્ટવા હત્ કમલાંતરં, એટલે હૃદયકમલને સ્પર્શ કરીને, કંઠાદ બહિર નિર્યાતિ, એટલે કંઠથી બહાર આવીને, પાતું વિષ્ણુપદામૃતમ, એટલે વિષ્ણુના પદામૃતને નમસ્કાર કરીને, પીત્વાચાંબર પિયુષ, એટલે વિષ્ણુના પદની આગળ રહેલા અમૃતનું પાન કરીને, પુનરાયાતિ વેગતઃ એટલે ફરીને વેગથી પાછો આવે છે. પ્રીણયન્ દેહમખિલં, એટલે દેહને પોષણ આપે છે, તેમજ જીવંચ જઠરાનલં, એટલે જીવને તથા જઠરાગ્નિને પોષણ આપે છે.

આ શ્લોકથી સારંગધર આચાર્ય એમ કહેવા માગે છે કે જો વિષ્ણુનું ચરણામૃત દર વખતે પીવામાં આવે તો મનુષ્યશરીર આરોગ્ય અને દીર્ઘજીવી રહી શકે છે. વિષ્ણુનું ચરણામૃત દર વખતે પીવામાં

આવે (શ્વાસ લેતી વખતે નાભી સુધી શ્વાસને પહોંચાડવો–દીર્ઘ શ્વાસ લેવો તે) તો મનુષ્યશરીરને ઉત્તમ પ્રકારનું પોષણ મળે છે–અને વિષ્ણુનું ચરણામૃત પીવાને માટે જે સાધન જોઇએ તે આપણને કુદરતે આપ્યું છે. છતાં મનુષ્ય માત્રમાં પ્રાણાયામ કરવાનો લોપ થઇ જવાથી તેના પાપ રૂપે–હાર્ટફેલ નામનો રાક્ષસ જન્મ્યો છે.

સ્વરશાસ્ત્રના કાયદા પ્રમાણે એક અહોરાત્રમાં એટલે રાત્રિ અને દિવસ મળી ચોવીશ કલાકમાં મનુષ્યના એકવીશ હજાર અને છસો શ્વાસ ચાલવા જોઇએ. તેમાંથી જેટલા ઓછા કરાવી શકાય એટલું આયુષ્ય વધે અને જેટલા વધારે ચલાવવામાં આવે તેટલું આયુષ્ય ઘટે. ભક્ત કબીર કહે છે :

'બેઠત બારા, ચલત અઠારા, સુતે વીંસ વીસા,
મૈથુન કરતા તેસઠ તુટે, કહેતે દાસ કબીરા'

એટલે જ મનુષ્ય માત્રે વિષ્ણુના પાદામૃતનું પાન કરવાની હમેશ ટેવ રાખવાની જરૂર છે. મનુષ્યની નાભિ કે જ્યાં વિષ્ણુનું સ્થાન છે ત્યાં પ્રાણવાયુ રહે છે અને સૃષ્ટિમાં રહેલો પ્રાણવાયુ (ઇથર) તેનું સંધાન થાય છે. '**अपाने जुह्वति प्राणं प्राणेपानं तथा परे**' અને એ ક્રિયા જ્યાંસુધી અવિચ્છિન્ન ચાલતી રહે, જ્યાંસુધી વિષ્ણુપદામૃતનું બરાબર પાન થાય છે, ત્યાંસુધી શરીર અથવા હૃદય ઘસાતું નથી. પરંતુ એ ક્રિયા જેમ ઓછી થતી જાય તેમ તેમ શરીર ઘસાતું જાય છે અને એ ઘસારો અટકાવવા માટે મનુષ્ય માત્રે વિષ્ણુપાદ સુધી પહોંચાડવાની ક્રિયા શીખવાની જરૂર છે; કારણ કે સૃષ્ટિમાં રહેલો વાયુ ચળ છે અને એ વાયુની નીચે રહેલો પ્રાણવાયુ અચળ છે, અને તે પ્રાણવાયુની નીચે પ્રવેશી રહેલો અથવા વ્યાપી રહેલો, અખંડ, પૂર્ણ, અચળ, અભેદ્ય, અછેદ્ય, એવો વિષ્ણુ પ્રવેશી રહ્યો છે, અને એ પ્રવેશવાના ગુણને લીધે જ તે પરમેશ્વરનું નામ વિષ્ણુ આપવામાં આવ્યું છે. વિષ્ણુપાદ સુધી એટલે તેના એક અંગ સુધી આપણો પ્રાણ નિત્ય દરેક

શ્વાસોચ્છ્વાસે પહોંચતો રહે છે અને તેથી જ આપણે જીવીએ છીએ. જો આપણો એક જ વખતનો શ્વાસ પૃથ્વી ઉપર રહેલા પ્રાણવાયુને ભેદીને વિષ્ણુપાદનું અમૃત પીધા વિના પાછો શરીરમાં જાય તો માણસનું હૃદય ચાલતું બંધ પડી માણસ તુરત મરણ પામે. આ જ અત્યારનો 'હાર્ટફેલ' અને એને યુનાની હકીમો કહે છેઃ 'મુરગે નાગહાની.'

એટલા માટે આ જમાનામાં હાર્ટફેલને દેશપાર કરવો હોય તો આપણે (દરેક મનુષ્યે) આપણા જીવનમાંથી નાશ પામેલી પ્રાણાયમની ક્રિયા ફરીને શરૂ કરવી જોઇએ. હું જે 'પ્રાણાયમ' એ શબ્દથી આલેખી રહ્યો છું તે ઉપરથી બ્રાહ્મણો અથવા દ્વિજ જાતિ સંધ્યાની મધ્યમાં કરતા પ્રાણાયમ અથવા અષ્ટાંગ યેાગના એક અંગ સમા પ્રાણાયમ તરફ કૃપયા દૃષ્ટિ નહિ દોડાવતા. માત્ર હાર્ટ ફેલના હાઉનો અથવા હાર્ટ-ડીઝીઝના પિશાચનો નાશ કરવા માટે, એક સરસ અખતરો રજુ કરૂં છું, એટલું જ જો વાચક પોતાની નજર સામે રાખશે, તો પછી એ ભાઇ હિંદુ, પારસી, કે મુસલમીન હશે, અથવા બ્રાહ્મણ, શ્વપચ કે હરિજન હશે તો પણ તેને પ્રાણાયામની ક્રિયા કરવામાં જરાએ વાંધો નહિ આવે. નહિ તો શારીરિક બાબત ઉપરથી ધાર્મિક બાબત ઉપર લપસી પડાશે. કારણ કે આપણા હિંદનો ધર્મપ્રશ્ન જરાક લપસણો છે.

હવે આ ક્રિયા કરવા માટેનો એટલે કે દીર્ઘ શ્વાસોચ્છ્વાસ અથવા પ્રાણાયમ અથવા વિષ્ણુપાદામૃતનું પાન કરવાનો સમય નિર્મળ અંતઃકરણ, પ્રફુલ્લિત મન, ભૂખ્યું પેટ હોય એ વધારે ઠીક છે. એથી જ પ્રાતઃકાલમાં શૌચાદિ થઇ ગયા પછી, સ્નાન કરી લીધા પછી, સ્વચ્છ જગ્યામાં શેતરંજી કે સાદડી પાથરી, શરીર ઉપરનાં કપડાં-લત્તાંનાં બંધનો ઢીલાં કરીને, ચત્તા સુઇ રહી, હાથને બેઉ બાજુ પડખે ગોઠવી, ધીરે ધીરે શ્વાસ ખેંચવો અને પેટ ફુલતું જાય, બરાબર ભરપૂર પેટ ભરાઇ જાય એ પછી એ શ્વાસને ધીમે ધીમે મૂકવો. એ એવી રીતે બનવું જોઇએ કે જેટલો સમય શ્વાસ લેવામાં કાઢવો

હોય એટલો જ કે તેથી સ્હેજ વધુ સમય શ્વાસ મૂકવામાં પણ જવો જોઇએ. એ માટે ઘડિયાળ ન રાખી શકાય, પરંતુ આસ્તિકોએ ઇશ્વર-સ્તુતિ, મંત્ર કે પ્રાર્થના કરવી, અને ઇશ્વર જેવું જેને કાંઇ ન હોય તેણે કોઇ સરખા પદવાળી કવિતા ગોખી રાખેલી હોય તેનો જાપ શ્વાસ લેતી અને મેલતી વખતે કરવો, એટલે લેવા મેલવાના વખતનું અંતર બરાબર સચવાશે. એ ક્રિયા વખતે બીજા સંકલ્પો છોડી પોતે દીર્ઘ જીવન મેળવવા માટે જીવનતત્ત્વને વધારી રહ્યા છે અને અમૃત શરીરમાં ભરી રહ્યા છે, એવા સંકલ્પો થાય તો ઘણું જ શ્રેષ્ટ છે. અથવા તેમાં જપવામાં આવતા મંત્રના મહત્તાભર્યા શબ્દાર્થ ઉપર ચિત્ત લગાડી એ ક્રિયા કરવામાં આવે તો પણ સારૂં છે. આવી એક સરસ વસ્તુ રજૂ કરૂં છું. વાચકો તેને જરૂર ગોખી લેઃ

'શુભ શાંતિનિકેતન પ્રેમનિધે,
મનમંદિર કે ઉજીયારે હો;
ઇન જીવન કે તુમ જીવન હો,
ઇન પ્રાણ કે તુમ હી પ્યારે હો;
પિતુ માતુ સહાયક સ્વામી સખા,
તુમ હી એક નાથ હમારે હો;
જીન કે આધાર નહિ જગમેં,
તિન કે તુમ હી રખેવારે હો.'

卐

પ્રકરણ ૧૦મું
સાચી સલાહ

આપણે સુતાં સુતાં, પ્રાતઃકાળમાં પ્રાણાયમ–દીર્ઘ શ્વાસ લેવાની રીત જોઇ ગયા અને શ્વાસને લેવામેલવાના સમય માટે સમાનપણું સાચવવા માટે કહેવામાં આવ્યું. હવે આવી રીતે દીર્ઘ શ્વાસ પાંચ, સાત, અગીયાર સુધી એકી વખતે થઇ શકે અને એ માટે અભ્યાસ વધારવાની ઇચ્છા ધરાવનાર સાયંકાલે પણ કરી શકે; અને એ યુક્તિ બરાબર બંધ બેસે પછી તેા હરકેાઇ મનુષ્ય ગમે તે વખતે, વગર સુતે, બેઠાં બેઠાં, કે ચાલતાં અથવા ઉભા રહીને સ્વસ્થ ચિત્ત કરી, દીર્ઘ વિષ્ણુપાદામૃતનું પાન કરીને અંતઃકરણમાં ખૂબ શાંતિ અનુભવી શકે છે. આ દીર્ઘ શ્વાસ જીવનની એક ચાવી સમાન છે. જ્યારે જ્યારે ક્રોધથી મગજ ગુમાવવાનેા સમય હેાય, ખૂબ ક્રોધ કર્યા પછી ચિત્ત ડહેાળાઇ ગયું હેાય, અને અનુકૂળ માર્ગ મૂકી કુમાર્ગે જવા તૈયાર થયું હેાય, સંસારરથનું ચક્ર ચીલેા મૂકી ભેખડે ચડયું હેાય, વિવિધ ઉપાધિથી ઉજ્જવળ માર્ગ મળવામાં મુશ્કેલી લાગતી હેાય, ત્યારે ત્યારે સ્વસ્થ ચિત્તે જો આવા દીર્ઘ શ્વાસનેા થેાડેા પ્રયેાગ કરી લેવામાં આવે તેા આશ્ચર્યકારક રીતે અંધકારના પડદા ચીરાઇ જઇ, પ્રગટતા ભાનુરાજનાં કિરણેા સમેા દીપ્તિમાન માર્ગ મળી આવે છે, પૂર્ણ શાંતિ સ્થપાય છે, મનજીભાઇ મહેતાની એાફિસમાં ઉભી થએલી ગડબડ આપેાઆપ સમાઇ જઇ, સર્વ પૂર્વવત શાંતિમય બને છે. હૃદયને પૂર્ણ મજબૂત અને ટકાઉ કરવા ઉપરાંત દીર્ઘ શ્વાસથી એ બધા ફાયદા થાય છે.

પરંતુ આ ઉપાયેા હૃદય બંધ ન પડે એટલે કે હાર્ટ ફેલ ન થાય તેના કુદરતી ઉપાય છે. છતાં હૃદય બંધ થવાનાં કારણેા અગાઉ

જણાવ્યા પ્રમાણેની વિચારણાથી જરા આગળ દોરી જાય છે. આપણે આજકાલ છપાતા હાર્ટફેલના સમાચારને તપાસીએ તો એ કેસોનો મોટો ભાગ, બેરીસ્ટરો, વકીલો, દેશનેતાઓ, દેશદીવાનો અને પ્રખર ધંધાદારીઓ, અથવા પૂર્ણ જવાબદાર વ્યક્તિઓનો હોય છે. તેનું કારણ શું? જો આ વ્યાધિ સામાન્ય શારીરિક વ્યાધિ જ હોય તો તે દરેક વર્ગના મનુષ્યને સરખો લાગૂ પડવો જોઇએ. છતાં મજૂર અને શારીરિક મહેનતુ મનુષ્યો અને શ્રમજીવીઓને એ ભાગ્યે જ થાય છે. તેના બદલે શ્રીમંતો અને સાક્ષરોને શા માટે થાય છે? પ્રત્યુત્તર એ જ છે કે શારીરિક વ્યાધિ જ એ નથી. એટલે જ આપણે જોઇ શકીએ છીએ કે કુહાડાથી લાકડાં ચીરતો મજૂર, ટાંકણાંથી પત્થર તોડતો કડીઓ કે ઝોળીમાં કાવડ લઇ પહાડ ઉપર ચડતો શ્રમજીવી એ પ્રકારના મૃત્યુનો ભોગ બનતો નથી. તેના હૃદય ઉપર હાથ મૂકી હૃદયની ગતિ તપાસીએ તો તેની સ્વાભાવિક ગતિ કરતાં જરાએ હૃદય વધારે ચાલતું નથી. એના બદલે ગાદી તકીયા ઉપર આરામથી પડેલા એકં પેઢીના શેઠને કે ટેબલ ખુરશી પર રહીને સેંકડો મનુષ્ય ઉપર રાજ્યસત્તા ચલાવતા દીવાનને, જો નાંખેલી ખાંડી વાયદામાં ફેલ જવાના અથવા રાજ્યની દોરેલી રેખાબંધીને ઉલ્લંઘન થવાના સમાચાર સાંભળવામાં આવે તો તે જ વખતે તેમનું હૃદય સ્વાભાવિક ગતિ છોડી વેગ વધારવાનું કાર્ય કરી રહ્યું હોય છે. એ બાબતની તેમને ઓછી કદર હોય છે, છતાં તેઓ કોઇ પાટલુન–કોટવાળા ચતુર ચિકિત્સક પાસે જાય છે ત્યારે તેઓ તેમને ધડાકો સંભળાવે છે કે તમને 'પલપીટેશન' થાય છે. અને જ્યાં એ 'પલપીટેશન'નો સીક્કો સજ્જડ લાગી ગયો અને તેની છાપ બેસી ગઇ એટલે તો તેને કાઢનાર દુનિયામાં નથી કોઇ વૈદ્ય કે વટેમાર્ગુ, કે તેને નિવારવા નથી જંગલમાં કોઇ જડીબુટ્ટી! હા, અંગ્રેજી પદ્ધતિ હૃદયને સમાન રાખવા 'ડીજીટેલીસ'નો ઉપયોગ કરે છે અને માને છે કે દોડતા ઘોડાને લગામ જેમ વશ કરી શકે છે તેમ દોડતા હૃદયને 'ડીજીટેલીસ'

કાબૂમાં રાખશે. પણ ભાઇજી! એ મહારથીઓનાં મન ઉપર તો ક્રોધ અને વિષયવાસનાએ એવી સરસ સવારી કરી હોય છે, અને સાથમાં જોરદાર વિચાર અને વિટંબણાઓના ચાબૂક રાખી ફટકા લગાવવા માંડયા હોય છે કે એ ઘોડાને પૂરપાટ મેદાનમાં મૂકયા વગર છુટકો નથી. પછી ભલે ને ચારે પગે ઉપડતા એ તોરીની લગામ ખેંચે જાઓ! એના હોઠ તુટે પણ તે લગામને વશ નહિ થાય! પછી 'એસ્પેરીન', 'એન્ટીફીબ્રીન' અને 'પાયરીન' આપીને એ હૃદય રૂપી અશ્વને લંગડો કે ભાંગેલ પગનો બનાવો તો ભલે. પણ પછી યાદ રાખજો કે એ ફેલ થતાં વાર નહિ લગાડે. દોષ હશે તમારો અને આરોપ મૂકશો હૃદય ઉપર કે ફેલ થયું! જુઓને એ બિચારૂં કેટલું ટકાઉ ને કહ્યાગરૂં છે? કેટલું મજબુત અને મજેનું છે? શરીરના બંધારણના ગર્ભમાં પાંચ મહિના થયા અને હૃદયે ચાલવું શરૂ કર્યું તે જીંદગીના અંત સુધી એ એક ક્ષણને માટે પણ બિલકુલ આરામ માગે છે? બીજા અવયવો—આંખો સુઓ ત્યારે, પગ બેસો ત્યારે, હાથ નિષ્ક્રિય હો ત્યારે, સ્નાયુ શાંત હો ત્યારે, એમ દરેક સંચાઓ આરામ મેળવી લે છે. માત્ર એક હૃદય જ એવું અવયવ છે કે તેને સુતાં, જાગતાં, બેસતાં, ઉઠતાં, હાલતાં, દોડતાં, વિચાર કરતાં કોઇ પણ વખતે એક ક્ષણનો પણ આરામ કે વિસામો નથી. અને એને નિઃસર્ગદેવીએ મજબૂત પણ એટલું જ બનાવ્યું છે. એની શરીર સાથે દોસ્તી પણ એટલી મજેની છે કે એ જરાએ કંટાળતું નથી કે જરાય સુંવાળું બનતું નથી. એને સુંવાળું બન્યે કેમ પાલવે?

મારા એક મિત્ર અમારી સાથે મુસાફરીમાં આવેલા. રાત્રે અમારી પથારી જોડાજોડ હતી. એ ભાઇ ઘડીક થાય અને જમણો હાથ પોતાની ડાબી છાતી ઉપર મૂકે અને સ્થિર થઇ જાય. મેં પૂછ્યું.

'બિરાદર! આમ શું કરો છો?'

ભાઇ કહે: 'પલપીટેશન થાય છે.'

મેં પૂછ્યું: 'પલપીટેશન એટલે શું?'

તેમણે કહ્યું : 'પલપીટેશન એટલે શું એ હું પણ નથી જાણતો. પણ એક સારા ચોઘડીએ મેં મારૂં શરીર ડૉક્ટરને બતાવેલું અને ડૉક્ટરે કહ્યું કે—તમને પલપીટેશન થાય છે માટે સંભાળજો. અને ત્યારથી હું વહેમાયો છું. જો કે એમણે લખી આપેલી બાટલી તો મેં ત્રણ પીધી. પણ જ્યાં રાત પડી કે મને લાગે છે કે હૃદય દોડવા માંડે છે—મને પલપીટેશન થાય છે. એટલે હું જમણા હાથે એને જોયા કરૂં છું, એ વખતે ડાક્ટર સાહેબનો 'સંભાળજો'નો અભિપ્રાય મને યાદ આવે છે અને પલપીટેશન વધે છે.'

'અરે બાપલા! તમે ક્યાં આ રણવગડાના માર્ગે ચઢ્યા છો, કે જેનો અંત જ ન આવે ? મહેરબાની કરી તમે આવતી કાલે મારા કહેવા પ્રમાણે કરો તો તમારૂં પલપીટેશન એક દિવસમાં બંધ કરૂં.'

અને એ ભાઇ સહમત થયા. સવારમાં તેમણે કહ્યું : 'બોલો, હું તમારા કહેવા પ્રમાણે કરવા તૈયાર છું.'

મેં કહ્યું : 'જુઓ, આજે શનિવાર છે. એટલે આજે તમારે બપોરે એક વાર જમવું અને સ્હાંજે તેલ સિંદુર લઇ કાંપના હનુમાનને પગે ચાલીને તેલ ચઢાવી આવવું.'

ભાઇ તો હસ્યા અને બોલ્યા : 'શું તમે ય મશ્કરી આદરી છે ? ક્યાં મારો આ પલપીટેશનનો વ્યાધિ અને ક્યાં એક વાર ખાવું અને કાંપના હનુમાન સુધી તેલ ચઢાવવા જવું ? તમે તે વૈદ્ય છો કે ખેલ કરનાર મદારી ?'

'એ ગમે તેમ છે, પણ જો તમારો વ્યાધિ મટાડવો હોય તો તમારે પ્રશ્ન કરવો નહિ. જો તમારૂં પલપીટેશન ન મટે તો પછી તમારી ગમે તેવી ઉપમા માટે આ નમ્ર સેવક તૈયાર છે.' મેં કહ્યું.

તેમને વિશ્વાસ આવ્યો અને એ મહેરબાન શનિવારે એક વખત જમ્યા. સાંજે બે અને બે ચાર માઇલની મુસાફરી પગે ચાલીને કરી, તેલ સિંદુર ચઢાવી આવ્યા. એક વાર ભોજન હતું એટલે સાંજે જમ-

વાનું નહિ અને નવ વાગે અમે સાથે સૂતા. હજી તેમનો જમણો હાથ હૃદયનું પલપીટેશન સંભાળવા જાય એ પહેલાં તો એકદમ ધારણ ઉંઘ એમને ચડી બેઠી અને તે સવારના છ વાગે જાગ્યા. અમે વાતે વળગ્યા: 'કહો ભાઇ! કાલે તમને પલપીટેશન કેમ હતું?'

તેમણે મને જણાવ્યું કે 'કાલે તો મને એનો કશો ખ્યાલ જ રહ્યો નથી.'

બીજે દિવસે એકાદશી હતી. એટલે એમણે ઉપવાસ કરવાની, બપોરના દૂધ લેવાની અને સાંજે નીલકંઠ મહાદેવનાં દર્શન કરી આવવાની મારી આજ્ઞા, આસ્તિક ભાવથી–ભગત થવાને નહિ પણ ઘર કરી બેઠેલા પલપીટેશનને મટાડવા માટે માની. બપોરે માત્ર ગાયનું દૂધ ફળાહારમાં લેવામાં આવ્યું અને અમે રાત્રે સૂતા ત્યારે મેં વાત છેડી: 'ભાઇ! જુઓ તો ખરા કે તમારૂં પલપીટેશન કેમ છે?'

જવાબમાં નકાર સાંભળ્યો, ત્યારે મેં આગળ ચલાવ્યું: 'તમને હૃદયની ગતિ વધે છે અને જેને તમે પલપીટેશન કહો છો તેનું કારણ છે તમારૂં આહારમાં વિષમપણું. બપોરના ભરપેટે જમો છો તેનો સાંજે ગેસ થાય છે અને તેની જ્યારે ઉર્ધ્વ ગતિ હોય છે તે વખતે તમે ફરી જમો છો. એટલે એ બમણા જોરથી ઉપર દબાણ કરે અને તેથી હૃદયની ગતિ વધે છે. એક તરફથી તમે ખોરાક લેવામાં જરાયે ઓછપ રાખતા નથી. બીજી તરફથી શરીરનાં પાચક યંત્રોને મદદ રૂપી ચાલવાની ક્રિયા નહિ કરતાં કેવળ ગાદી–તકીએ તમે બેસી રહો છો, એટલે હૃદય ઉપર દબાણ ચાલુ રહે છે. ઓછામાં પૂરૂં તમને પલપીટેશનું પૂંછડું વળગાડી દેવામાં આવ્યું છે. એ વિચારથી અને તેનાથી થનાર ભયંકર પરિણામની આગાહી કરીને ભયની કલ્પનાસૃષ્ટિથી તમારા હૃદયને વધારે કમજોર બનાવી રહ્યા છો. તમે બે દિવસના પરિણામથી જોઇ શક્યા હશો કે આજે તમારૂં હૃદય પોતાની મધ્યમસરની ગતિથી વહી રહ્યું છે. તમને મેં જો સીધી રીતે કહ્યું હોત કે તમારે સ્હાંજે જમવું નહિ અને સ્હાંજના વખતે પેટમાં

ગેસ થાય—વાયુ ભરાય ત્યારે ફરવા જવું અને બે ત્રણ માઇલ ચાલવું તો તમે એ માનત નહિ. શનિવારનું એકટાણું અને હનુમાનજીને તેલ સિંદુર ચડાવવા માટે દૂર સુધી જવા જેવી આડકતરી બાબતથી મારો આશય તો જુદો જ હતો તે હવે તમે સમજી શકયા હશો. જ્યારે પેટમાં ગેસ થાય ત્યારે દરેક માણસ ચાલવાની ક્રિયા શરૂ કરી દે તો, અપાનવાયુ ઉર્ધ્વ ગતિનો થઇ સમાન વાયુને ધક્કો લગાવી, હ્રદયની સ્વતંત્ર ક્રિયામાં આડખીલી નાંખી, તેને પરતંત્ર અથવા અસ્વાભાવિક બનાવી દે છે, તેમ નહિ થતાં અપાન મૂળગતિનો થઇ નીચે ઉતરવા લાગે છે; અને અધોવાયુ સરી જઇ, જઠર, પેડુ અને હ્રદય ત્રણે અવયવો સુખ અનુભવે છે. માત્ર નિર્દોષ લાગતી ચાલવાની અદ્‌ભુત શક્તિવાળી કસરત, પલપીટેશન જેવા ભારે ગણાતા વ્યાધિને બહુ જ સહેલાઇથી કાબૂમાં લે છે.'

મારો તો સેંકડો ઉપરનો અનુભવ છે કે બોલતાં, ઉંચે ચઢતાં, ક્રોધ કરતાં કે હર્ષ શોકના સમાચાર સાંભળતાં જેનું હ્રદય વધી જતું હોય, તેમણે દરરોજ ખુલ્લી જંગલની હવામાં ત્રણ—ચાર માઇલ ફરી આવવું જોઇએ. થોડા જ દિવસ પહેલાં એક હાર્ટડીઝીઝના વ્યાધિથી વહેમાઇ પડેલ દરદીએ મારી પાસે આવી, હ્રદયરોગની બિમારી માટે ઉપચારની જરૂર જણાવી, ત્યારે ઉપાય તરીકે એ ભાઇને માત્ર દરરોજ અઢીથી પાંચ તોલા ગોળ ખાવાની મેં ભલામણ કરી. પરંતુ એ ભાઇ મારી વાત પ્રત્યે નિરસતા બતાવીને એ વખતે તો પલાયન થયા.

થોડાં અઠવાડિયાં વીત્યાં પછી એ ફરીથી મારી પાસે આવ્યા ત્યારે તેઓ પોતાની સાથે એક અંગ્રેજી અખબાર પણ લઇ આવેલા. તેમણે જણાવ્યું: 'વૈદરાજ! હું તમારી પાસે માફી માગવા આવ્યો છું. તમોએ મારા હ્રદયના રોગ માટે ગોળ ખાવાની ભલામણ કરી તે વખતે મને તમારી સલાહની કીંમત નહિ જણાયેલી. પણ આ અખબારમાં વાંચ્યું કે અમેરિકન ડાકટરે નવી શોધ કરી છે અને

ગોળના ઇંજેકશનથી હૃદયના વ્યાધિ મટે છે, એવું શોધીને તેમણે સેંકડોને ઇંજેકશનો આપી, એ વ્યાધિ મટાડવાનું જાહેર કર્યું છે. એ વાંચ્યાથી તમારી ગોળ ખાવાની સલાહ મને બહુ કીંમતી લાગેલી અને આજે વીશ દિવસથી નિયમિત મેં ગોળનું સેવન શરૂ કર્યું છે. હું સત્ય જણાવું છું કે મારા હૃદયના થડકા જે વિચિત્ર થઇ ગયેલા તે ગોળના સેવન પછી બહુ જ નિયમિત થયા છે. પણ દિલગીરી એ થાય છે કે મને ગોળ ઉપર ભરોસો તો અમેરિકન ડાકટરની નવી શોધ વાંચ્યા પછી જ આવ્યો. આપની સલાહ ઉપર મને વિશ્વાસ નહોતો, અને એમાં દોષ મારી માનસિક નિર્બળતા તથા વિદેશની ઉજળી કારકીર્દીએ મારા ઉપર સ્થાપેલી સત્તાનો છે. મારી માફક આ હિંદના કરોડો માનવીઓ એવા છે કે જેમના ઉપર ખોટા મોહનાં ચશ્માં લદાયેલાં છે. તેઓ નાહક નૂર અને નાણાંની બરબાદી કરે છે.'

મારા પ્રસંગમાં આવતા આવા કેસોની યાદી મારે એટલા માટે આપવી પડે છે કે જેઓ એ વ્યાધિને સમજવા સિવાય નામ માત્ર ગ્રહણ કરી ખોટી રીતે પોતે એ જ વ્યાધિના ભોગ બની બેસે છે તેમને આવા અનુભવસિદ્ધ પ્રસંગથી સાચો ખ્યાલ આવી શકે.

આવી જ રીતે એક હૃદયજન્ય 'બ્લડ પ્રેશર' નો વ્યાધિ પણ જન્મ્યો છે. એને નાબુદ કરવા ડોકટરે અખતરામાં પડયા છે, જ્યારે વૈદ્યો 'બ્લડ પ્રેશર'ને આયુર્વેદિક કયા રોગ સાથે સરખાવવો તેના ઝગડામાં સેંકડો કાગળોને ધોળામાંથી કાળા કરવા મથી રહ્યા છે; પરંતુ બ્લડ પ્રેશર તો કમર કસીને આગળ વધી રહ્યો છે. વૈદ્ય–ડાકટરો તો જ્યાંના ત્યાં રહી જશે અને બ્લડપ્રેશર કુદકે ને ભુસકે મનુષ્યના શરીરમાં નહિ તો મન ઉપર તો સત્તા જમાવી પણ દેશે!

કહેવાની મતલબ અને સરવાળો એ છે કે હાર્ટફેલ, હૃદયરોગ, પલપીટેશન કે બ્લડ પ્રેશર એ બધા એક વૃક્ષની શાખા છે. મૂળ એ

મનોમય કુપીમાંથી જન્મ લે છે, બહારનાં કારણો રૂપી જળસિંચન થાય છે. અને તેની શાખાઓ ફાલી ફુલીને હાર્ટફેલના ફળને જન્મ આપે છે. વાસ્તવિક રીતે જો મૂળનું ઉચ્છેદન થાય, જળસિંચન બંધ પડે તો હાર્ટફેલનું ફળ લાગવાનું નથી. વિષયવાંચ્છનાનો ત્યાગ, કામ-ક્રોધના આવેગોને સહન કરવાની શક્તિ, સંયમ, વિષ્ણુપાદામૃતના પાન જેવા નૈસર્ગિક ઉપચારો બતાવ્યા. હવે થોડા પ્રમાણભૂત અનુભવ-સિદ્ધ ઉપાયો હૃદય માટે આપીને પછી આપણે પાચક અવયવો તરફ વળીશું.

卐

પ્રકરણ ૧૧મું

હૃદયરોગ

હૃદયને કમજોર બનાવનારાં કેટલાંક પોતાની મેળે ઉત્પન્ન કરેલાં કારણો છે અને ખાસ કેસોમાં જોવામાં આવ્યું છે કે એ કારણોએ જ હૃદયરોગ પ્રગટ થયો હોય છે. કેટલીક ઝીણી બાબતો બાજુ ઉપર રાખીએ તો પણ તમાકુનું વ્યસન અને દારૂનું વ્યસન એ બે વ્યસન હૃદય ઉપર આડકતરી નહિ પણ સીધી રીતે ખરાબ અસર નીપજાવે છે. એ વ્યસનની શરૂઆતમાં વ્યસનીને તેનાં ખાસ ચિહ્નો જણાતાં નથી, પરંતુ એ વ્યસનો જ્યારે શરીર ઉપર સામ્રાજ્ય જમાવે છે ત્યારે તેથી થતી હૃદયની ગતિની વિક્રિયા ખુલ્લી જણાઇ આવે છે. તમાકુનો વપરાશ જે દેશમાંથી હિંદમાં ઉતરી આવ્યો છે તે દેશના નિષ્ણાત ડોકટરના તમાકુના વ્યસન માટેના અભિપ્રાયનો ઉલ્લેખ કરીએ.

મી. એલ. ઇ. ઓબેન્કસ જેઓ વૈદ્યકીય જ્ઞાનના નિષ્ણાત છે તેઓ જણાવે છે કે : ‘ એક યુવાન કલાર્ક મારી પાસે આવેલો. તેણે તેની છાતીમાં એક વરસથી વધારે વખતનો દુઃખાવો જણાવ્યો અને

એની સાથે તેને ખાંસી પણ જોરથી આવતી હતી તથા તેના મનમાં ક્ષયનો ભય હતો. છતાં તે બે વરસથી સીગારેટ સારા પ્રમાણમાં પીતો હતો. તેને દુ:ખાવો થવાનાં બીજાં અગત્યનાં કારણો તેણે મારી પાસે બતાવ્યાં, છતાં મને એ યુવાનના હૃદયના દુ:ખાવાનું કારણ સીગારેટ હોવાનો પાકો શક હતો. મેં તેને સીગારેટ છોડી દેવાની તાકીદ કરી. તે પછી કેટલાક મહિનાઓ સુધી તેની સાથે મારી મુલાકાત થઇ નહિ. ત્યારબાદ એક દિવસ ઓચિંતો અમારો મેળાપ થતાં તેણે મને કહ્યું કે—'મારૂં દર્દ હવે તદ્દન નાબુદ થયું છે. પરંતુ ફરી તે ઉબળવાનો સંભવ છે ખરો ?' જવાબમાં તેને જણાવવામાં આવ્યું કે 'તમે જ્યાં-સુધી સીગારેટ નહિ પીઓ ત્યાંસુધી તમારી છાતી તથા હૃદયનો દુ:ખાવો અને ખાંસી ફરીથી થશે નહિ.'

બીજો દાખલો એક કસરતબાજનો છે. તે યુવાન સરકસમાં સાઇકલ ફેરવવાનું કામ કરતો હતો અને તે બાઇસીકલ ઉપર અદ્ભુત કાબૂ ધરાવતો હતો. ખાસ કરીને સાઇકલને ચકરાવામાં લેવામાં આવે છે તે કસરત 'સાઇકલ વ્હર્લ'ના નામથી ઓળખાય છે. તેમાં પૂરેપૂરૂં જોખમ સમાયેલું છે તથા તેમાં ઠંડાપણાની અને મજ્જાતંતુના બળની જરૂર છે. આ કાર્ય તે સંપૂર્ણ બજાવતો હતો, પણ તેને કેટલાક મિત્રોની સંગતથી સીગારેટ પીવાની લત પડી અને બહુ થોડી મુદતમાં તેને એ કસરત કરવી અશક્ય જણાઇ. કારણ કે જ્યારે પોતાનું કામ કરવા તે તૈયાર થતો ત્યારે તેને ભય પેદા થતો અને તેના હૃદયના સ્પંદ વધી પડતા. છેવટે એણે ડાકટરની સલાહ લીધી અને તેને સીગા-રેટ છોડી દેવાની સખત પરેજી કરાવવામાં આવી ત્યારે તે પોતાની કસરત પહેલાંની જેટલી જ કુનેહથી કરી શકવા લાગ્યો.

ત્રીજો દાખલો કાલોરેડો ખાતે રહેતી એક અમેરિકન સ્ત્રીનો છે. તે બાઇ જ્યારે સલાહ લેવા આવી ત્યારે તેણે જણાવેલું કે પોતાને હૃદયનું

દરદ છે અને તે ડાબી બાજુ સૂઇ શકતી નથી. કેમ કે એવી રીતે સુવાથી તેની આંખની બાજુએ કાનપટી આગળ મજબૂત ધબકારા થાય છે. બાઇની બીજી હકીકત ઉપરથી જણાયું કે તેને સીગારેટ પીવાની બહુ જ ભૂરી ટેવ પડી હતી. જ્યારે સીગારેટ છોડવાની તેને સખત ફરજ પાડવામાં આવી ત્યારે તેનું દરદ પણ નાબૂદ થઇ ગયું.

આવી જ રીતે દારૂનું વ્યસન પણ હૃદય ઉપર બહુ જ માઠી અસર નીપજાવે છે. તમાકુ અને દારૂ પૈકી તમાકુ શ્વાસનળી અને ફેફસાંમાં જ્યારે રક્ત શુદ્ધ થવા આવ્યું હોય છે તે વખતે લોહીને વિષારી પરમાણુંઓ આપી, તેને ઝેરી બનાવે છે અને લોહી મારફત હૃદયમાં જઇ તેની કુદરતી સુઘટ્ટતાને વિકૃતિ બક્ષે છે. દારૂ હોજરીમાં દાહ પેદા કરી, રસ મારફત લોહીમાં મળી, હૃદય ઉપર માઠી અસર નીપજાવી, તેની સ્વભાવિકતાને છુંદી નાંખે છે.

હૃદયને કમતાકાત બનાવનારૂં એક બીજું પણ કારણ છે. તે છે આજના માથાના દુઃખાવા અને એને અંગે લેવામાં આવતી એસ્પીરીનની ટીકડીઓ. એસ્પીરીનની છુટ એટલા પ્રમાણમાં વધી ગઇ છે કે જરાતરા માથાનો ભાર જણાયો કિંવા જરાક બેચેની જણાઇ એટલે એસ્પીરીન અથવા કેફી એસ્પીરીન ઝટ દઇને લઇ લેવામાં આવે છે. લોકોની સગવડતાની ખાતર સેંકડો કંપનીઓએ એવી બનાવટો સસ્તી અને સહેલાઇથી મળી શકે એવી વ્યવસ્થા ગોઠવી આપી છે. પણ તેમાં રહેલું છૂપું ઝેર અને હૃદયને કમતાકાત કરવાની તેમાં રહેલી કરામત ઘણા લોકો જાણતા નથી.

આને માટે એક પણ રસ્તો નથી. આ વીસમી સદીના યાંત્રિક અને દોડધામના જમાનામાં કોઇક જ ભાગ્યશાળી માણસ મળી આવે કે જેનું મગજ સાંજના વખતે ભારે થતું ન હોય! અને માથું ભારે થાય એટલે એક ટીકડી લીધી કે હલકું ફુલ!

માથું ભારે થવામાં શરીરમાંના આહારવિહાર ખાસ કારણભૂત છે ખરા, પરંતુ એ ઉપરાંત દુનિયાને માથે ભયંકર આફત વધતી જાય છે અને એ આફતનો અંત દુનિયાના પ્રલય સુધી આવવાનો નથી, તેમ જ એની અસર દરેકેદરેક વ્યક્તિ ઉપર ઓછી વધતી થતી રહે છે. એ છે જગતમાં ચાલી રહેલી પ્રવૃત્તિનો ઘોંઘાટ અને રેડીઓની રમત!

દરેક જીવ–પ્રાણી માત્ર, સ્થૂલ અને સૂક્ષ્મ, જડ અને ચૈતન્ય જેટલા પ્રમાણમાં પ્રવૃત્તિ કરે છે, અર્થાત્ બોલે છે, ચાલે છે, અવાજ કરે છે કે પડઘો પાડે છે, અર્થાત જેમાં શૂન્યમાંથી શબ્દ ઉદ્ભવે છે તે સઘળું નાશ નહિ પામતાં વાતાવરણમાં અથવા મહદાકાશમાં પરિભ્રમણ કર્યાં કરે છે અને એટલું દબાણ વધે છે જેટલો ઉદ્ઘોષ વધે છે. તે ભલે ને સેંકડો નહિ બલ્કે હજારો માઇલો ઉપર પેદા થયો હોય, પણ મહદાકાશમાં વ્યાપીને, મનુષ્યપ્રાણી ઉપર અસર નીપજાવતો તે અવિચ્છિન્ન રહે છે. તેમાં જેમ જેમ સ્વજાતીય પરમાણુંઓ વધતા જાય છે તેમ તેમ તે તે કક્ષાના જીવો ઉપર તેનું દબાણ પણ વધતું જાય છે. એક સમય એવો આવશે કે જગત સચરાચર શૂન્ય બની કાર્યાકાર્ય ભૂલીને નાશના પંથે પગલાં ભરશે. એ છે આજની શરૂઆત, અને એનો ભાર એ જ આજે મગજની બેટરીઓ ઉપર કરંટથી લાગેલો છે. વળી એથી ભારે થતાં મગજને હલકાં બનાવવા એસ્પીરીન લેવાથી મગજ ઉપરનાં દબાણ હલકાં નથી પડતાં પણ તેથી હૃદયનાં જોર તો જરૂર હલકાં થાય છે!

એટલે અહીં આપવામાં આવેલા હૃદયના ઉપાયો અજમાવવા ઇચ્છતા બંધુઓ તમાકુ, દારૂ, એસ્પીરીન અને આંતરિક જીવનવ્યવહારો ઉપર પ્રથમ સંયમ મૂકીને ઉપાયો અજમાવશે તો જરૂર અત્યંત લાભ થશે અને હૃદયનું દર્દ કે હાર્ટફેલ નહિ થાય તેની ખાત્રી આપવામાં આવે છે.

ઉપાય નંબર ૧

ગેસ ગવર્નર ગોળી

કાંચકાના ગોળા તો. ૪, શુદ્ધ હિંગ ફુલાવેલી તો. ૩, ઈંદ્રજવ તો. ૪, એરંડીયામાં તળેલી હીમેજ તો. ૨॥, એક કળીનું લસણ તો. ૧૦, શુદ્ધ ઝેરકોચલાં તો. ૧॥, મંડુરભસ્મ તો. ૨, સંચળ તો. ૨.

મીઠી કુંવારના રસમાં ઉપરની ચીજો મેળવી ઘુંટીને ત્રણ ત્રણ રતીની ગોળી બાંધવી. દિવસમાં બબે ગોળી પાણી સાથે ગળી જવી. ગોળી લેવાનું ચાલતું હોય ત્યારે વાલ, વટાણા, ભજીયાં પાતરાં, આંબલીની ખટાશ અને કેરીનું અથાણું ખાવું નહિ.

ગુણ—આ ગોળી અજબ ફાયદાકારક છે. આ કોઇ પણ ગ્રંથનો પાઠ નથી, પરંતુ અમારી પોતાની બનાવટ છે અને અમારા હાથથી વીશ વરસથી વપરાય છે. એની અંદર એટલાં અને એવાં વિચારપૂર્વકનાં દ્રવ્યોની પ્રમાણસર મીલાવટ કરી છે કે એ ગોળી લેવાથી પેટમાં પવન થતો બંધ થાય અને થયેલો પવન-ગેસ ગોળી લીધા પછી છુટવા લાગે છે. અને ગોળી ધીમે ધીમે એવી શક્તિ જમાવે છે કે ખોરાકનું બરાબર પાચન થાય છે. જે આંતરડાના વિભાગમાં પવન-ગેસ થાય છે તે જ જગ્યાએ કામ કરી ગેસ થવાની ક્રિયાને તે રોકી લે છે. જેથી ગેસ બનતો નથી. બનેલો ગેસ ઉપર નહિ જતાં નીચે જઇને છૂટો થઇ જાય છે, એથી હૃદયમાં બીલકુલ દબાણ થતું નથી. તેમ જ અગાઉ કામ કરવાથી હૃદયમાં જે નબળાઇ આવી ગઇ હોય તેને તૈયાર કરવા માટે ઝેરકોચલા જેવી દવા ગોળીમાં હોવાથી હાર્ટને જોઇએ તેટલું સારા પ્રમાણમાં ઉત્તેજન મળે છે. છતાં એ પ્રમાણ બહુ જ જુજ અને માફકસરનું હોવાથી કોઇ પણ માણસ વિનાસંકોચે તેને લઇ શકે છે. શરીર ઉપર પણ અદ્દભુત અસર નીપજાવે છે. ખોરાક પાચન થવાથી નવું લોહી થાય છે, શરીરમાં શક્તિ આવે છે અને દસ્ત નિયમિત સાફ આવે છે. એટલે જેઓને પાચક અવયવની અવ્યવ-

સ્થાથી હૃદયમાં દબાણ થતું હોય, જમ્યા પછી બેચેની કે ગભરામણ જણાતી હોય, બાર વાગતાં ખોરાક લીધો હોય, અને સાંજે ત્રણ ચાર વાગે પેટ ભારે, ભરેલું, દબદબો અને આફરી લાગતી હોય, તેમણે આ ગોળી બનાવીને ઘરમાં રાખી ચાલૂ ઉપયોગ કરવાથી વૈદ્ય ડાકટરોનાં બીલ નહિ ભરવાં પડે, શરીર પ્રફુલ્લિત રહેશે, ગભરાટ અને હૃદયનો દુઃખાવો કે બેચેની નાશ પામશે. આ અમારો સંપૂર્ણ અનુભવ લાંબા વપરાશ પછીનો છે તે અહીં રજુ કરીએ છીએ.

ઉપાય નં. ૨

હૃદયાનંદ

સોનાનાં વરખ તો. ૧, સાચાં મોતીની પીષ્ટિ તો. ૨, રસસિંદુર તો. ૩, મરી તો. ૪, યશદભસ્મ તો. ૩.

ઉપરની ચીજો લઇ સારી જાતના ખરલમાં નાંખવી. ખરલ એવો હોવો જોઇએ કે જેમાં ઘસવાથી કાંકરી ન છુટે. તેમાં ઉપરની ચીજ નાંખીને અંદર ૨ તોલા માખણ (ગાયનું અથવા ભેંસનુ) નાંખી, બાદ તેમાં લીંબુનો રસ નાંખી, ખરલ કરવું. જેમ જેમ લીંબુનો રસ સુકાતો જાય તેમ તેમ નવો ઉમેરતા જવું. લગભગ એકવીશ દિવસ સુધી એ પ્રમાણે ઘુંટવાથી માખણની ચીકાસ દૂર થઇ જશે. એટલે તેને સુકાવા દઇ, બાટલીમાં ભરી લેવું. સવાર બપોર ને સાંજ બબે રતીની માત્રા મધ સાથે લેવી.

ગુણ—આ દવાના ગુણનું વર્ણન કરવું એ સમુદ્રના પાણીનો તાગ લેવા જેવું છે. આ પ્રયોગમાં રહેલું સોનું હૃદયને તાકાત આપનાર છે. સોનું એ હૃદય માટે એટલું ઉપયોગી અને જરૂરી વસ્તુ છે કે જેની બરાબર કોઇ ઔષધ કામ કરી શકતું નથી. ઝેરકોચલું હૃદયને ઉત્તેજન આપે છે ખરૂં, પણ હૃદયની ગતિને ફરજીયાત વધારે છે; જ્યારે સોનું હૃદય ઉપર કોઇ જાતનું અસ્વાભાવિક દબાણ કર્યા સિવાય તેની સ્વાભાવિક ગતિમાં મદદ કરે છે, લોહીને શુદ્ધ કરે છે

અને શ્રમને દૂર કરે છે. તેવી જ રીતે સાચાં મોતી મગજની બેટરીઓ અને જ્ઞાનતંતુઓ ઉપર સીધી અસર નીપજાવે છે, કારણ કે મોતી એ ઉંચા પ્રકારનું અદ્વિતીય કેલસ્યમ છે. તેની બરાબરી કરવામાં કોઇ પણ કેલસ્યમ નવી થીયેરી શોધી શકી નથી. એ લેવાથી મગજ સરસ રીતે ભરાય છે, શાંત થાય છે અને મગજને પુષ્ટિ મળે છે. એથી મગજ એટલું સરસ તૈયાર થાય છે કે બહારનાં ગમે તેવાં કારણો ઉપસ્થિત થયા છતાં મગજને હચમચાવી કે ઉશ્કેરી શકતાં નથી, અને જેનું મગજ શાંત હોય છે તેનું હૃદય પણ સ્વસ્થ રહે છે. ત્રીજું રસસિંદુર એ પણ હૃદયને પુષ્ટિ આપનાર છે, સર્વાંગ–શક્તિદાતા છે, રક્તની શુદ્ધિ કરે છે, સાતે ધાતુના મળને સાફ કરનાર ગુણ ધરાવે છે. વળી તેમાં રહેલી જસત ભસ્મ મૂત્રાશય અને કીડનીના વ્યાધિને નાબૂદ કરે છે, તેવી જ રીતે આંખો અને મગજને હિતકારી છે. મરી પાચક અવયવ ઉપર અને અપાન તથા સમાન વાયુનું નિયમન કરવામાં ફતેહમંદીવાળું કામ કરી બતાવી, વાયુને સીધો અને સરલ બનાવે છે. આ પ્રમાણે પાંચે વસ્તુનો યોગ અને માખણ તથા લીંબુના રસની ભાવનાથી એ એક રાસાયનિક ઉત્તમ જાતની બનાવટ બને છે; એટલે ક્ષય કે દમથી, કીડનીના દોષથી કે મગજની અવ્યવસ્થાથી જ્યારે હૃદય સ્વાભાવિક ગતિ છોડીને મુશ્કેલીમાં મુકાય, ત્યારે આ દવા અમૃત જેવું કામ કરે છે. લોહી ઉપર પોતાની અસર નીપજાવી, જીર્ણજ્વરનો નાશ કરે છે, ક્ષયમાં પરસેવાને અટકાવે છે અને શરીરનું ઘટતું વજન બાંધે છે, મનને મજબૂત બનાવે છે અને હૃદયને ટકાઉપણું બક્ષે છે, શરીરનો વર્ણ લાલ સુરેખ બનાવી, શરીર ઉપર અમૃતિકરણનું કામ કરે છે. લાંબા વખતનું લોહીમાં મળેલું ઝેર નાબૂદ કરે છે. આ દવા હરકોઇ યુવાન, બાળક, વૃદ્ધ, સ્ત્રી અને પુરૂષ ગમે તે અવસ્થામાં લઇ શકે છે. માત્ર ખ્યાલ એ રાખવાનો હોય છે કે તેમાં પડતાં દ્રવ્યો સંપૂર્ણ સાચાં, શુદ્ધ, ખાત્રીલાયક અને વિશ્વાસપાત્ર હોવાં જોઇએ.

ઉપાય નં ૩

હૃદયાનંદ આસવ

આસોંધરા (અર્જુન)નું પંચાંગ શેર ૨૦, ભોંરીંગણીનું પંચાંગ શેર ૫, કાસોંદરાનાં પાન શેર ૫, એ બધાંનો એથી દશગણા પાણીમાં ઉકાળો કરી, પાણી ચોથા ભાગનું રહે એટલે ગાળી લઇ, તેમાં ધાવડીનાં ફુલ શેર ૨॥, તજ, એલચી, નાગકેસર, લવીંગ, કાળાં મરી, સુંઠ, પીપર, દરેક શેર ૦॥, કપુર તોલા દશ અને ગોળ શેર ૬૦ મેળવી, હલાવી, લાકડાના પીપમાં કે ચીનાઇ માટીની બરણીમાં ભરી, મોઢા ઉપર માટી છાંદી દેવી. દશ દશ દિવસે હલાવવું, ૪૫ દિવસે તેને ગાળી લઇને શીશા ભરવા. હમેશાં બેથી પાંચ તોલા આસવ પીવો.

ગુણ—હૃદયનાં બધાં દર્દો, દુઃખાવો, સ્પંદની અનિયમિતતા, ગભરામણ, ક્ષય, ઉધરસ, ઉરૂક્ષત અને ફેફસાંના વ્યાધિમાં ઘણું સારૂં કામ કરે છે. હૃદયને મજબુત બનાવી, રક્તની શુદ્ધિ કરે છે. હૃદયના પડનો સોજો કે હૃદયનું સ્થાનાંતર અથવા હૃદયમાં વાયુનો પ્રવેશ વગેરે વ્યાધિને નાબૂદ કરી, અપૂર્વ કામ કરનાર આસવ છે.

ઉપાય નંબર ૪

હાર્ટ ટોનીક પીલ્સ

પૂર્ણ ચંદ્રોદય શોડષગુણ	તો. ૪	સાચું અંબર	તો. ૦॥
સાચાં મોતીની પીષ્ટી	તો. ૨	માણેકની પીષ્ટી	તો ૧
શુદ્ધ ભીમસેની બરાસ	તો. ૨	સફેદ મરી	તો. ૧
લવીંગ	તો. ૨	જુંઝબેદસ્ત	તો. ૧
જાયફળ	તો. ૨	શુદ્ધ ભાંગ	તો. ૦॥
સાચી કસ્તુરી	તો. ૦॥	સહસ્રપુટી અભ્રક ભસ્મ	તો. ૧

સઘળી વસ્તુને મેળવી, નાગરવેલનાં પાન અઢીસોનો રસ કાઢી, તેમાં ૨૪ કલાક ઘુંટવું અને ત્યારપછી મગના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી, પેક શીશીમાં ભરી રાખવી.

ગુણ—કોઇ પણ કારણથી હૃદય કમતાકાત જણાય ત્યારે-ગમે તે વ્યાધિની શારીરિક નબળાઇમાં, મંદવાડ ખાઇને ઉઠયા પછી અશક્તિ પારાવાર વધી રહી હોય, શરદીની અસરે હૃદય કમજોર કર્યું હોય, ચાલવાથી હૃદયની ગતિ વધી જતી હોય, શ્વાસ ચઢી જતો હોય, ચિત્તની અસ્થિરતા હોય, કામકાજ ઉપર કંટાળો હોય, સ્રીસંગ પછી કમજોરી વરતાતી હોય, વીર્ય પાતળું પાણી જેવું બની ગયું હોય, લોહીની ખામી, મહાવ્યાધિમાં જ્યારે હૃદય બંધ પડશે એવી બીતિ હોય, અંતકાળે બેશુદ્ધિ હોય તેમાં શુદ્ધિ લાવવાની જરૂર હોય, મરતાં પહેલાં બે કલાક શુદ્ધિમાં લાવી અગત્યનું કામ કે દસ્તાવેજો ઉપર સહી કરાવી લેવી હોય, વૃદ્ધપણામાં પુત્રની પ્રાપ્તિ માટે નવો ઘરસંસાર માંડયો હોય, જુવાન જેવું જીવન જીવવું હોય, તે વખતે જ્યારે બધી શક્તિની દવા વાપરી નારાજ કે નાસીપાસ થયા હોય, જેને ટંકે પાશેર ઘી અને પાંચશેર દુધ પચાવવાની ઇચ્છા હોય, એ સઘળાએ આ ગોળી સ્હવાર સ્હાંજ એકએક સેવન કરવી અને પછી જુઓ—હૃદયની તાકાત, ઓજસ, શક્તિ, અને નવજીવન વધારી, સ્ફુર્તિ, તાકાત, તાજગી, તંદુરસ્તીનાં ઓઘ ઉમટશે, જીવન બદલાઇ જશે. સંસારમાં સ્વર્ગ જણાશે, જીવનમાં મહદ આનંદ વ્યાપશે. એના ગુણનું વર્ણન કરવા કરતાં તેને વાપરી જુઓ ત્યારે જ આયુર્વેદમાં રહેલાં અમૂલ્ય રત્નોની ખાત્રી થાય.

卐

પ્રકરણ ૧૨મું

માનસશાસ્ત્ર

માનસશાસ્ત્ર અને માનસપૃથક્કરણ શાસ્ત્ર માનસ રેાગને માટે તપાસવાની જરૂર છે. પાશ્ચાત્ય દેશેા માનસિક વ્યાધિ માટે નવી નવી કલ્પનાઓના ઘેાડા દેાડાવે છે, હિંદમાં વીશમી સદીની શરૂઆતથી જેમ જેમ શારીરિક વ્યાધિ નવા નવા સ્વરૂપમાં દેખાવ દેવા લાગ્યા છે, તેમ તેમ માનસિક વ્યાધિઓ પણ પ્રગટ થઇ સમાજને ગુંગળાવી રહ્યા છે. તેનું કારણ સુધરેલા દેશેાનેા મેાજશેાખ અને એ મેાજશેાખને નિભાવવાની: ખાતર કરવી પડતી વધારે પ્રવૃત્તિને આભારી છે. આ મુખ્ય એક કારણ છે. એ સિવાય મગજ, જ્ઞાનતંતુ, ચેતનાસ્થાન, અંતઃકરણચતુષ્ટય–માં ઉત્પન્ન થતા વ્યાપારેાની વિવિધતાભરી ક્રિયાઓની ઊણપ અથવા અસ્વાભાવિકતા પણ કારણરૂપે હેાય છે.

મનુષ્યના સ્વરૂપના ત્રણ વિભાગ કરી શકાયઃ જડ, જીવ અને ચેતન. જડરૂપ પદાર્થોમાંથી શરીર બંધાય છે, અને પ્રાણ–જીવથી તે જીવંત થાય છે. આ જીવંત મનુષ્યના માનસિક વ્યાપારેા વિશિષ્ટ હેાવાથી તેના અભ્યાસને માટે માનસશાસ્ત્ર જુદું પાડવામાં આવ્યું છે. મનનું સ્વરૂપ શું છે? મન અને શરીરનેા સંબંધ શેા છે! મન અને આત્માનેા સંબંધ શેા છે? એ માનસશાસ્ત્રના અગત્યના પ્રશ્નો છે.

મનનું મુખ્ય લક્ષણ વિચારશક્તિને ગણી શકાય. બીજાં પ્રાણીઓ કરતાં મનુષ્યમાં તે શક્તિ અને તેનાં વિવિધ રૂપાંતરેા સારી રીતે વ્યક્ત થયેલાં હેાય છે. બિલાડી ઉંદરને જોતાં જ તેની પાછળ દેાડે છે અને કુતરાને જોઇને ડરીને નાસી જાય છે. આ ક્રિયા કેવળ તેને થતી પ્રેરણાનું પરિણામ છે કે તેના મગજની પ્રવૃત્તિનું–વિચારનું પરિણામ છે, તે એક પ્રશ્ન રહે છે. તુલનાત્મક માનસશાસ્ત્રની પ્રગતિ

સાથે એમ માનવામાં આવે છે કે પ્રાણીઓની શારીરિક ઉત્ક્રાંતિની સાથે–તેમના બાહ્ય સ્વરૂપ અને અવયવોના ફેરફારની સાથે તેમની માનસિક શક્તિ પણ ઉત્ક્રાંત થાય છે. આ પ્રમાણે કેવળ જડ વસ્તુઓમાંથી પહેલાં જીવંત પ્રાણીઓની ઉત્ક્રાંતિ અને તેમાંથી ચેતનામય વિચારશક્તિવાળાં બુદ્ધિમાન પ્રાણીઓની ઉત્ક્રાંતિ કલ્પી શકાય. મનુષ્યમાં પ્રાણીઓના જેવી પ્રેરણાશક્તિ હોય છે, પરંતુ તે ઉપરાંત તેની સ્મરણશક્તિ, કલ્પનાશક્તિ, વિચારશક્તિ, અને ઇચ્છાશક્તિ એ અસંખ્ય વર્ષની ઉત્ક્રાંતિનું પરિણામ છે.

દર્શનશાસ્ત્ર અને આયુર્વેદશાસ્ત્રનું મળતાપણું છે. તે મનને અંદરની ઇંદ્રિય માને છે અને તેના ચાર પ્રકાર જુદા જુદા બતાવે છેઃ

(૧) માનસશક્તિ બહારની સૃષ્ટિની પ્રતિકૃતિ અંદર લઇ, અંદરના વિચારો અને ઇચ્છાઓ બહાર વ્યક્ત કરે છે. જો ઇંદ્રિયો સાથે મન જોડાયેલું ન રહે તો ઇંદ્રિયોથી તેના વિષયોના ઉપભોગ થઇ શકે નહિ. દાખલા તરીકે કોઇ પણ માણસ એકાદ કાર્યમાં એટલી એકાગ્રતા કરી રહ્યો હોય કે તેની પાસે થઇને મોટાં વાજીંત્રો વગાડતો વરઘોડો ચાલ્યો જાય, છતાં તેનો તેને ખ્યાલ પણ રહેતો નથી–તે સાંભળતો પણ નથી. એ તેના મનની એકાગ્રતા છે. એવી એકાગ્રતાનો અભાવ જેમાં હોય તેમાં મન ચંચળ બને છે અને ચારેકોર ભમે છે. એ મનનો લાક્ષણિક સ્વભાવ બતાવે છે.

(૨) પૃથક્કરણ, વજન, તુલના, સંબંધ, કિંમત, લાગણી, વિચારો– એ દરેક પ્રકારના ખ્યાલોની સત્ય વસ્તુ મન નક્કી કરે છે, તેને બુદ્ધિ અથવા વિવેકશક્તિ કહેવામાં આવે છે અને આ શક્તિનો વિનાશ અથવા વ્યાધિગ્રસ્તતા ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે ખોટું જ્ઞાન, ખોટી અટકળ, વિપર્યાસ વગેરે પેદા થાય છે.

(૩) સ્મૃતિ, સ્વાદ, ભાવના, સાદી કે ઉત્તેજીત ભાવના, માહિતીનો ભંડાર, યાદશક્તિનો ખજાનો, લાગણીનું ઉદ્ભવ સ્થાન, પસંદગી,

નાપસંદગી, સારા અને ખોટા અનુભવો, વગેરે તમામ કળાના ઉદ્ગમ-સ્થાનને ચિત્ત કહેવાય છે. તેમાં જ્યારે વ્યથા પેદા થાય છે ત્યારે નબળી યાદદાસ્ત, વિભ્રમ, અયોગ્ય વિચારો, જક્કી ઉત્સાહ વગેરે થાય છે.

(૪) હિંમત, સામા થવું, યુદ્ધ કરવું, વિચારોની સ્પષ્ટતા, અને આચારમાં મૂકવાની શક્તિ વગેરે જેમાંથી ઉદ્ભવે છે તેને અહંકાર કહેવામાં આવે છે. મિથ્યાભિમાન, ઉચ્ચાનુસંધાન, તેજોભંગ, આત્મ-શક્તિનો અભાવ વગેરે અહંકારશક્તિની ખામી હોય છે કે થાય છે ત્યારે જણાય છે.

ઉપર બતાવેલા ચાર પ્રકારને અંતઃકરણ ચતુષ્ટય કહેવાય છે. એ ચારેની યોગ્ય ખીલવણી અથવા સમાનપણું એ મનની સમતા સિદ્ધ કરે છે. આવી સમતા જેણે પ્રાપ્ત કરી છે તે જ આયુર્વેદમાં બતાવેલી ખરે-ખરી માનસિક તંદુરસ્તી ભોગવી શકે છે. જો એ ચાર પૈકી એક કે વધુ શક્તિઓ બીજી બાકીની શક્તિઓની અપેક્ષાએ વધારે પડતી ખીલી હોય તો વહેલે મોડે તે માનસિક બિમારીનું કારણ થઇ પડે છે. વિષમ ખીલવણીના પ્રમાણમાં તે બિમારી ઓછી વધતી અસર કરનાર હોય શકે. અંતઃકરણ ચતુષ્ટય પૈકી એકાદ શક્તિની આવી પરિસ્થિતિ એક કે બીજા હઠીલા કે અસાધ્ય દર્દને ઉભું કર્યા વગર રહેતી નથી. એ બધી શક્તિઓ મનોમય કોષમાં ઉદ્ભવે છે અને મનોમય કોષની વિષમ સ્થિતિને આયુર્વેદ શાસ્ત્ર માનસિક રોગ ગણાવે છે.

પાશ્ચાત્ય થીયેરી પણ હવે આ પ્રકારના દર્શનશાસ્ત્રના માનસિક વિજ્ઞાન અને સિદ્ધાંતને માન્ય રાખે છે.

મનોમય કોષમાં થયેલી વિષમતાની અસર, સમય જતાં શરીર અન્નમય કોષનું હોવાથી તેના ઉપર પણ થાય છે અને તેમાંથી શારી-રિક રોગ ઉદ્ભવે છે. એ દ્વારા છેવટે ઈંદ્રિયો ઉપર માનસિક વિષમ-તાની અસર થાય છે. કારણ કે મનોમય કોષ અને અન્નમય કોષની વચમાં એક એવો કોષ રહેલો છે કે જે આ બન્ને કોષની સાંકળની

કડીઓના અનુસંધાનને સાંધી રાખે છે. ઉપરાંત તે જીવનનો પ્રેરક બની શરીરની ક્રિયા પ્રક્રિયાનું પ્રેરણાધામ પણ બને છે. તેને આયુર્વેદ-શાસ્ત્ર પ્રાણમય કોષ કહે છે અને એને કારણે જ ઉપરના કોષનો વ્યાધિ નીચેના કોષને અસર કરે છે.

આટલે સુધી માનસ વિજ્ઞાનની બાબત પર આવ્યા પછી આપણે હવે બીજી દિશા તરફ વળીએ: એ દિશા છે મન સાથે સંબંધ ધરાવતા વ્યાધિઓની. તેના જુદા જુદા ચાર વર્ગ પાડી શકાય: (૧) ઉન્માદ (૨) અપસ્માર (૩) ચિત્તવિભ્રમ (૪) યોષાઅપસ્માર (હીસ્ટીરીયા.) જો કે આ ચારે જુદા પાડેલા માનસિક વ્યાધિઓ ઉપરથી જુદા લાગે છે, પણ તે એકબીજા વ્યાધિના કારણભૂત હોય છે, તેમ જ એકમાંથી બીજો વ્યાધિ જન્મ લે છે.

એટલે હવે આપણે પ્રથમ ઉન્માદ (ગાંડપણ) સંબંધી આ વખતે વિચારણામાં ઉતરીએ:

ઉન્માદ-આમાં બે શબ્દ લાગેલા છે. ઉત્ અને માદ (મદ) ઉત્=ઉંચું, બહાર અને મદ=મદે ભરાવું, મોહમાં પડવું, ઉન્મત્ત થવું, મદનું પ્રગટવું. ભાવમિશ્ર ઉન્માદની વ્યાખ્યા કરતાં જણાવે છે કે સ્વતઃના અંગીભૂત ક્રોધાદિ કારણો થકી જ વૃદ્ધિ પામેલા દોષોએ ચિત્તને ભમાવવાથી પરિણામે માનસિક રોગ ઉંત્પન્ન થાય છે તેને ઉન્માદ (ગાંડપણ) રોગ કહે છે. જ્યાંસુધી એ રોગ પ્રગટ ન હોય ત્યાંસુધી તે ચિત્તવિભ્રમ ગણાય છે. ચિત્તવિભ્રમથી ઉન્માદ જન્મે છે.

કારણો—વિરૂદ્ધ ભોજનથી, ધતુરા આદિ ઝેરના મિશ્રણવાળાં અન્નપાનથી, રજસ્વલાના સ્પર્શથી, અપવિત્ર થયેલાં અન્નાદિથી, દેવ-ગુરૂના અપમાનથી, ભયથી, હર્ષથી, અસહ્ય ગંધથી: તેના નીચે મુજબ પ્રકારો પાડી શકાય:

વાયુથી, પિત્તથી, કફથી, ત્રિદોષથી, મનના દુઃખથી, વિષથી, દેવથી, દૈત્યથી, ગાંધર્વથી, પિતૃદોષથી નાગના આવેશથી, રાક્ષસની

બ્હીકથી, બ્રહ્મરાક્ષસના આવેશથી, હિંસક રાક્ષક અને પિશાચના વળગાડથી.

આયુર્વેદનો આ મત છે. તે જ પ્રમાણે યુનાની પણ (૧) કુતુરવ (૨) માનીયા (૩) દાઉલ કલ્બ (૪) સુવાર. એમ ચાર પ્રકાર માને છે. અને વળી એ જ પ્રમાણે એલોપથી-(૧) મેન્યા (૨) મોનોમેન્યા (૩) ડીમેનશ્યા (૪) ઇડીયસી–એ ચાર પ્રકાર બતાવે છે. આ જુદી જુદી પથીઓની દૃષ્ટિથી પૃથક્કરણ અને અવલોકન કરવા બેસીએ તો આ વિષય બહુ લંબાઇ જવા સંભવ છે. એટલે આપણે બધી પદ્ધતિનો સરવાળો અવલોકીએ તો ઉન્માદ થવાનાં કારણો આ મુજબ તારવી શકાય :

(૧) આનુવંશિક કારણ. (જેનાં બાપ–અથવા મા ઉન્માદ-રોગીલાં હોય) (૨) ટાઇફોઇડ આદિ ઝેરી તાવો અથવા શરીરને ક્ષીણ કરતા ધાતુનાશ કે સ્વપ્નદોષના વ્યાધિઓ. (૩) દારૂ અને કેફી પીણાનો હદ ઉપરાંત ઉપયોગ. (૪) જનનેન્દ્રિયના રોગો. (૫) માનસિક આઘાતો. (૬) મર્મસ્થાનો ઉપર ચોટ લાગીને થયેલા આઘાતો. (૭) વાઇનું દર્દ. (૮) આધ્યાત્મિક લાગણી. (૯) એકાંતિક વિચારોમાં ગરકાવ થવું. (૧૦) એકાંતિક એકલવાઇ જીંદગી–અંધારી કોટડીમાં એકલા પુરાવાની શિક્ષા. (૧૧) હદ ઉપરાંત શારીરિક અને માનસિક શ્રમ. (૧૨) ખોપરીના પડના વ્યાધિ.

ઉપર બતાવેલાં કારણોથી ઉન્માદ રોગ (ગાંડપણ) આવે છે. તેના લક્ષણ તરીકે પ્રથમ એ રોગીનું મન ચંચળ અને તરંગોથી ભરપૂર હોય છે. તે ગમે તેમ બકે છે, અર્થાત મનમાં ઉઠેલા તરંગોને અંતઃકરણ રૂપી ચાળણીથી ચાળવા જોઇએ, તેમ નહિ કરતાં ઉઠેલા તરંગો એકએકને તે બહાર કાઢે છે. ખરી રીતે જોવા જઇએ તો દુનિયા પરનો દરેક મનુષ્ય પાગલ છે જ. છતાં પાગલમાં અને સાજા મનુષ્યમાં ફેર એટલો છે કે અંતઃકરણરૂપી ચાળણીથી ચાળીને, ઉઠેલા

તરંગોમાંથી સારો માણસ અમુક વિચારો જ વ્યક્ત કરે છે, અને પાગલ પોતાના મનમાં ઉદ્‌ભવેલા તમામ વિચારોને બહાર કાઢી દે છે. બાકી મનમાં ઉઠતા તરંગોને જો દરેકેદરેક મનુષ્ય બહાર કાઢવા માંડે તો આખી દુનિયા પાગલ જ ગણાય. ઉપરાંત પાગલ તોફાન કરે છે, નાચે છે, હસે છે, રડે છે, ચીસો પાડે છે, દોડે છે, કૂદે છે, પોતાના શરીરને હાનિ પહોંચાડે છે, બીજાને મારવા ધસે છે, ઉંઘતો નથી, રાતદિવસ મસ્તીમાં ચઢે છે, ખાવાપીવાની તમા રાખતો નથી અને ઝાડાપેશાબનું તેને ભાન રહેતું નથી.

ગાંડપણમાં બે પ્રકાર છેઃ (૧) સંપૂર્ણ ઉન્માદ. (૨) અર્ધદગ્ધ ઉન્માદ.

સંપૂર્ણ ઉન્માદવાળાનાં લક્ષણો ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે હોય છે. એ ઉપરાંત પણ તેની સ્થિતિ બદલાયા કરે છે. તેને પુરતા જાપતામાં રાખવો પડે છે. પગમાં બેડી અને હાથમાં કડી અથવા સાંકળ રાખી તેને પૂરેપૂરી દેખરેખ અને સંભાળ રાખ્યા સિવાય રાખી શકાય નહિ.

અર્ધદગ્ધ ઉન્માદવાળાને આટલો જાપતો રાખવાની જરૂર રહેતી નથી, તેમ જ તેની શારીરિક ક્રિયાઓ તે જાતે કરતો હોવા છતાં તેનામાં સાથે થોડું ગાંડપણ હોય છે. આવા દરદીઓને ખાસ કરીને જો છેડવામાં ન આવે અથવા તેના માર્ગની આડે આવવામાં ન આવે તો તેઓ પોતાના સંકલ્પવિકલ્પોમાં અને એના અંગે ઉદ્‌ભવતી ક્રિયાઓમાં મસ્ત રહે છે. કારણ સિવાય કોઇની પણ સામા થવાનું કે બિભત્સ ગાળો દેવાનું તે ઇચ્છતા નથી હોતા. છતાં તે સાજા સારા માણસોથી જુદા જ પ્રકારના જણાઇ આવે છે અને તેઓ તેમની દરેક ક્રિયા ધૂનમાં અને ધૂનમાં કર્યા કરતા હોય છે.

આ બે પ્રકારમાં પ્રથમના તીવ્ર ઉન્માદ અથવા સંપૂર્ણ ઉન્માદવાળા જેટલા સુધરે છે અને સારા થાય છે તેટલા અપૂર્ણ ઉન્માદવાળા સારા થતા નથી. તો પણ ઉન્માદરોગીને નીચેની સારવારની

ખાસ સંભાળ રાખવા ભલામણુ કરીને પછી તેની અનુભવેલી ચિકિત્સા લખીશું :

(૧) અપરિચિત વાતાવરણુ. (૨) નિયમિત જીવનચર્યા. (૩) ઉંઘનેા સમય વધારવેા. (૪) બંધકેાશ થવા દેવેા નહિ. (૫) ખેારાક માટે સુરૂચિ જાગૃત કરવી. (૬) વાતહર અને વાતઘ્ન ખાનપાન. (૭) સુવ્યવસ્થિત રમત ગમત. ખૂલ્લી હવામાં ફરવું. (૮) વ્યવસ્થાપક તરફથી માયાળુ વર્તન.

આ પ્રમાણે આવી આનુસંગિક બાબતેા ઉપર સંપૂર્ણ કાળજી રાખી યેાગ્ય ઉપચાર કરવામાં આવે તેા ઉન્માદરેાગી સારા થાય છે. માત્ર જે જન્મથી ઉન્માદી છે અથવા જેમને અપસ્માર અને ઉન્માદ બેઉ જન્મથી સાથે થયેલા હેાય છે અને જે થવાનું કારણુ મગજની રચનામાં ખામી હેાય છે તેઓ સારા થતા નથી.

卐

પ્રકરણુ ૧૩મું

ગાંડપણુ

આજથી પંદર વરસ પહેલાંની વાત છે, થાણા જીલ્લાના દહેણું ગામમાં મારા એક મિત્રનેા ભાઇ ૪૫ વર્ષની ઉમરે પાગલ થઇ ગયેલેા. એની એવી ખરાબ હાલત હતી કે રાત્રિ અને દિવસ તેને થાંભલા સાથે બાંધી રાખવેા પડતેા. પાગલપણું શરૂ થયા પહેલાં એ માણુસ ગમગીન અને વિચારવશ રહેવા લાગ્યેા અને ત્યારપછી આવી આકરી શરૂઆત થઇ. તેાફાન, મારામારી, બીલકુલ ઉંઘ નહિ, બિભત્સ ગાળેા અને શરીરની હાજતની ક્રિયાઓનેા નિકાલ પ્રચ્છામાં આવે તે જગ્યાએ કરવા લાગ્યેા. ત્યાંથી તેને ઉપચાર માટે

મુંબઇ લઇ જવામાં આવ્યો. ત્રણ મહિના સુધીમાં ડાકટરી દવાઓના ડોઝ અને ઇન્જેકશનોનો મારો ચલાવી એકાદ હજાર રૂપિયાનું પાણી કરી પાછા આવેલા. મારો અને એમનો ગાઢો સંબંધ હતો. એથી મને બોલાવ્યો. દર્દીની સ્થિતિ ખરેખર દયાજનક હતી. જે દિવસે હું ગયો તે દિવસ તો તેના નિદાનમાં અને દરદીને સારો કરવા કયા માર્ગ ઉપર જવું એના વિચારમાં કાઢયો. બીજા દિવસે સવારે નવ વાગે દવા આપવાના નિર્ણય ઉપર આવી, તૈયારી કરવા માટે સાધનો ભેગાં કરાવતો હતો, તેટલામાં લાકડાં (કાઠી) વેચનાર એક ભીલ જેવો માણસ અચાનક ત્યાં આવી ચઢયો અને દરદીને છેટેથી જોઇ તેણે મને પૂછ્યું: 'બાબુજી! કયા હે? પાગલ હો ગયે હૈ?' મેં કહ્યું: 'હા, ભાઇ! નવ–દશ મહિનાથી આ દશા એ ભાઇની છે.' એ ભીલે પોતાની ઇચ્છા જણાવી કે 'હું જે ઔષધ આપું તેનો માત્ર ત્રણ દિવસ ઉપયોગ કરો તો દરદી તદ્દન સારો થઇ જાય.'

ઘણી નાની અવસ્થાથી મને તો આવા જંગલના અનુભવી લોકો ઉપર અને જંગલની જડીબુટ્ટી ઉપર શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ હતાં. એટલે મેં મારી દવાઓની તૈયારી ત્રણ દિવસ માટે મુલતવી રાખી, એ ભાઇની દવા કરવા નિર્ણય કર્યો અને ઘરનાં માણસોને સમજાવી, આ ઉપચાર અજમાવી જોવા આગ્રહ કર્યો. બધાંએ જ્યારે કબૂલ કર્યું ત્યારે એ ભાઇને દવા આપવાનું કહેવામાં આવ્યું. ઉત્તરમાં ભીલે જણાવ્યું કે 'દવા આવતી કાલ લઇ આવીશ, પણ દવા આપવામાં આવે તેના અડતાલીસ કલાક સુધી કોઇ પણ જાતનો ખોરાક એને અપાશે નહિ, તેમ જ પાણી પણ પીવરાવવામાં નહિ આવે, વળી ગમે તેટલી તોફાનની હદ વટાવી દેવામાં આવે છતાં તેને થાંભલાથી છોડવો પણ નહિ. તેમ જ મારી એ બાબતની તમામ સૂચનાને અનુસરી તમારે ઉપચાર કરવા પડશે.' દર્દીના ગાંડપણથી ઘરનાં બધાં કંટાળી ગયાં હતાં અને પદ્ધતિસરની ડાકટરી ટ્રીટમેન્ટથી પણ કંટાળ્યાં હતાં. એટલે ભવિષ્ય ઉપર આધાર રાખી, જંગલી ભીલના ઉપચાર માટે બધાં એકમત

ચ્યાં અને એને દવા લઇ આવવાનું કહ્યું. રાત્રે આઠ વાગે એ ભીલ માટીનો એક ગોળો લઇ આવ્યો અને તેણે ખૂલ્લી ચાંદનીના છાપરા ઉપર તેને મૂકયો. એ માટીના ગોળાની વચ્ચમાં એક ડગળી જેવું ઢાંકણું હતું. તેને ખૂલ્લું કરીને અંદર દેશી ઉંચી જાતની સાકર તોલા દશ નંખાવી અને ડગળી દઇ આપી. એ ભીલ રાત્રે ત્યાં સૂતો. સ્હવારે આઠ વાગે છાપરા ઉપરથી પેલો ગોળો ઉતારી, તેની ડગળી કાઢી નાંખી, તેને એક વાસણમાં ઉંધો પાડવાથી તેમાંથી પ્રવાહી રસ પાશેર જેટલો નિકળ્યો, જેમાં થોડાં બીજ પણ હતાં. તે રસને ગાળી નાંખી, પાઇ દેવામાં આવ્યો. ફરી ગોળાની અંદર બીજી પાશેર સાકર નાંખી, ડગળી દઇ મૂકી રાખ્યો.

દવા આપ્યાને ત્રણ કલાક થયા પછી દરદીના ગાંડપણમાં, લવારામાં અને તોફાનમાં વધારો થયો. એટલે એને ફરી બીજી સાંકળથી બાંધવામાં આવ્યો. ખોરાક અને પાણી બેઉ બંધ હતાં. એટલે અમે તો દવાનું પરિણામ જોવા દરદીની પાસે જ ભીલની સાથે બેસી રહેલા. જેમ જેમ વખત જતો ગયો તેમ તેમ તે બરાડા પાડવા લાગ્યો. તોફાન, બિભત્સ ગાળો, સાંકળ તોડવાનો યત્ન અને આંખો વધારે વિહ્વળ તથા લાલાશ પડતી જણાઇ આવી. છતાં ભીલ જરાયે મુંઝાતો નહોતો. તેને કોઇ પણ પ્રશ્ન કરવામાં આવતો ત્યારે એ જણાવતો કે એમ થવાની જરૂર છે.

ફરી જ્યારે બાર કલાક વિત્યા એટલે ઉપરના ગોળામાંથી સવારની માફક નીતારી પ્રવાહી રસ આપ્યો અને બીજી સાકર દશ તોલા ગોળામાં નાંખી, ગોળાને ખૂલ્લી ચાંદનીમાં મૂકવામાં આવ્યો. રાત્રિ આખી દરદીએ ઉદ્વેગભરી સ્થિતિમાં ગાળીને ચોવીશ કલાક પછી ત્રીજી વખત ઉપરના ગોળામાંથી દવા ગાળીને આપવામાં આવી અને ફરી તેમાં સાકર નંખાવી. જેમ જેમ દવા આપવામાં આવતી ગઇ અને સમય જતો ગયો તેમ તેમ

તોફાન વધતું ગયું. છેવટે એ પાગલ પાસે બેસી પણ ન શકાય અને જોઇ પણ ન શકાય એવી એની હાલત હતી. બીજા દિવસના બાર કલાક એવી જ હાલતમાં કાઢયા અને સાંજે ઉપર મુજબ દવા આપવામાં આવી. છત્રીશ કલાક દરમ્યાન માત્ર પેશાબની હાજત થતી તો તે કપડામાં જ નિકાલ કરી નાંખતો. એનું એને ભાન પણ ન હતું. રાત્રિના દશ વાગ્યા હશે તે વખતે એ દરદીએ તેના ભાઇને નામથી સંબોધીને પોતાને જાજરૂ જવું છે એમ જણાવ્યું. એ એના શબ્દો અને બોલવાની શૈલી સાજાસારા માણસ જેવી હતી. એટલે પેલા ભીલના અભિપ્રાયથી તેની સાંકળો ખૂલ્લી કરી, એ જ મકાનના જાજરૂમાં નહિ પણ ખૂલ્લી જગ્યામાં તેને બેસારવામાં આવ્યો.

લગભગ બે રતલ જેટલો મળ થયો, જેમાં અનેક જીવાત (કૃમી) હતી. સફેદ રંગનાં એ કૃમી મળની અંદર હાલતાં ચાલતાં નજરે પડતાં હતાં. જાજરૂ થયા પછી, આટઆટલું તોફાન મચાવનાર એ પાગલ એટલો નબળો જણાતો હતો કે એને બે માણસોએ પકડીને અંદર ઉંચકી લાવી, એક બિછાનામાં સૂવાર્યો. હવે એને સાંકળથી બાંધવાની જરૂર જણાઇ નહિ. ખૂબ ઢીલા અને અંગપ્રત્યાંગો પ્રસારી નિશ્ચેષ્ટ પડી રહેલા દરદી પાસે જઇને ભીલે પૂછયું: 'ખાવાની ઇચ્છા છે?' અને તેણે માથું હલાવીને જ હકાર ભણ્યો. એટલે પાંચ તોલા ઘી, પાંચ તોલા સાકર અને પાંચ તોલા ઘઉંના લોટનો શીરો બનાવી તેને આપવામાં આવ્યો. તે ખૂબ સાજા સારા માણસની માફક ખાઇને પથારીમાં પડયો અને તુરત જ તેને નિદ્રા આવી ગઇ. ફરી રાત્રિના ત્રણ વાગે એ દરદી જાગ્યો અને તેણે દસ્ત જવાની હાજત જણાવી. બીજી વખત પણ બે રતલ જેટલો દસ્ત થયો અને તેમાં જંતુ (કૃમી)નું મોટું પ્રમાણ હતું. દસ્ત જઇ આવ્યા પછી ફરીને ઘી, ઘઉં ને સાકરનો શીરો ખવરાવ્યો. દરદીની સ્થિતિ તદ્દન બદલાઇ ગયેલી જણાઇ. એક પણ શબ્દ ઉચ્ચાર્યા સિવાય જુગજુગ જૂની ઉંઘ એ કાઢતો હતો. નિરાંતે ખરી પ્રગાઢ

નિદ્રા એને સુખ આપી રહી હતી. માત્ર એના શરીરમાં અશક્તિ એટલી બધી જણાતી હતી કે એ માણસના ટેકા સિવાય એ પથારીમાંથી બેઠો થઇ શકતો નહોતો.

૪૮ કલાકના મંગળમય પ્રભાતે પાગલપણાનો એ દરદી નરદમ ડહાપણનો દરિયો જણાયો. સ્હવારમાં એણે અમારી સાથે બેસીને દાતણ કર્યું. ધીમે અવાજે, શાંત મુખમુદ્રાએ, જૂની સંસ્મરણની વાતો કરી. ઠાવકાઇભર્યા, ઘરનાં આપ્તજનો સાથે થોડા વિવેચન પછી એને પેલા ગોળાની દવા આપીને સુવાર્યો અને ઉંઘ આવી ગઇ. આ ત્રીજા દિવસની સારવાર કરતી વખતે દરદી સારો થયો એની અમને જરાયે શંકા નહોતી. પણ મારૂં અંતઃકરણ તો પેલા ફાટેલ ચીંથરાવાળા બીલની ઉપકારિતાએ દ્રવી રહ્યું હતું. મને મારા પૂર્વજો–આયુર્વેદ પ્રણેતાઓ–એ પરોપકારી મહાત્માઓની પ્રતિકૃતિ આ બીલમાં જણાઇ અને મારી આંખમાંથી ઉપકારવશતાનાં બે અશ્રુબિન્દુઓ ખરી પડયાં.

ઓ કમભાગ્ય ભારત ! તારી અગાધ પ્રતાપશાળી દિવ્ય વનસ્પતિ અને એ વનસ્પતિથી પેદા થયેલા ભારતના પ્રાણ–પુત્ર, તેને માટે આજે એ દિવ્ય પ્રણાલિ–એ દિવ્ય ઔષધીઓનો વિનાશ થઇ રહ્યો છે. આજે તો ભારત મૈયાની છાતી ઉપર વિદેશીઓનાં તાંડવ નૃત્ય કરવા લાગ્યાં છે. આજ તો ભારતના જાયાઓ પણ વિદેશીઓની સાથે સૂરમાં સૂર અને તાલમાં તાલ મીલાવી, માતાની છાતી ઉપર ડેન્સ કરી રહ્યા છે. કારણ કે તેમની કાળી આંખો ઉપર ઘેલછાનાં ચશ્માં પહેરાવી દીધાં છે.

બે દિવસથી આસનજીત બની બેઠેલા બીલે ત્રીજા દિવસની સાંજે તેના માટીના ગોળામાંથી છઠ્ઠા ટંકની દવા પાત્રમાં કાઢીને આપી અને ગોળો સાથે લઇ વિદાયગીરી માગી. હવે માત્ર એ એક જ વખત દવા આપવાની હતી અને બીજા આઠ દિવસ ઘી, સાકર અને લોટનો શીરો માત્ર આપવાની સલાહ આપી, તેણે જવાની બહુ જરૂર જણાવી.

તેની દવા અને સારવાર બદલ તેને શું આપવું? હર્ષઘેલાં બનેલાં ઘરનાં માણસો ભીલ જે માગે તે આપવા તૈયાર હતાં. તેને મેં પૂછ્યું: 'ભાઇ! તારી દવાના અને તારી મહેનતના પૈસા કેટલા આપવા?' તેણે એક રૂપીઓ દશ આના માગ્યા. બે દિવસ એ મજૂરી કરવા ન જઇ શકયો એના પાંચ પાંચ આના પ્રમાણે દશ આના અને એક રૂપીઓ એના માટીના ગોળામાં રહેલી ગાંડપણ નાશ કરનારી દિવ્ય વનસ્પતિના હતા. અમારો વિચાર તો એને પાંચ પચીશ રૂપીઆ આપી, સંતોષવાનો હતો. પણ એણે એ ન લીધા અને માત્ર એક રૂપીઓ દશ આના લઇ એણે ચાલતી પકડી.

હું પણ કપડાં પહેરી ઘરનાં માણસોને હું જ્યાંસુધી પાછો ફરૂં ત્યાંસુધી મારી રાહ ન જોવી એમ સમજાવી, એ ભીલની પાછળ ચાલવા લાગ્યો. ગામનો ભાગ વટાવી, અમે બહાર નીકળ્યા. ભીલ પાછું વાળી મારી સામે નજર કરી ચાલ્યો જતો હતો અને હું એથી પણ જરા વેગથી આગળ વધતો હતો. થોડે દૂર ગયા એટલે અમે બેઉ સાથે થયા અને ભીલે પૂછ્યું: 'બાબુજી! કીધર જાતે હો?' મેં કહ્યું: 'ભાઇ! તારી સાથે જ.' અને ભીલે કહ્યું: 'તુમ, હમારે સંગમે આકર ક્યા કરોગે?' મેં કહ્યું: 'ભાઇ! આ તારો ઉપરથી દેખાતો માટીનો ગોળો અને તેની અંદરની દવા -એ બાબત જાણવાનો મારો વિચાર છે. મારા દેશના ગાંડાઓ આજે ડાહ્યા થવા માટે ઝેરની ભરેલી સોયો ખમી ખમીને વધારે ગાંડા બનતા જાય છે. તેમને માટે આ અમૃતઝરતી ઔષધિની ભિક્ષાની જરૂર છે. ભાઇ! તું અમારો ધન્વંતરી છે. તેં ધન્વંતરીના ઉદ્દેશોને ઝીલ્યા છે. આજ તો જગતની આંખે જણાતો ધન્વંતરી (વૈદ્ય) જગતની કલ્યાણભાવનાને ભૂલી, પેટના ખાડા પૂરવા મેદાને પડયો છે. માટે બાપુ! મને એ બતાવ કે માત્ર ત્રણ દિવસના આ નજીવા ઉપચારથી, નવ નવ મહિનાથી માનવતા ભૂલી પાશવક્રિયામાં પૂરાયેલા એક અમૂલ્ય જીવાત્માને તેં ફરી માનવ બનાવ્યો, તે દિવ્ય

ઔષધિ કઇ છે ?' 'બાપજી ! મુજે માફ કીજીયે, મેં નહિ બતલા સકતા હું. કયેાંકી આપલેાક ઇસ મુફતમેં મીલનેવાલી ઔષધિ કેા જાનકર નિ:સ્વાર્થ ભાવનાસેં ગરીબેા કે લીયે કાર્ય નહિ કર સકતે હેા. યદી આપકેા મેં યહ ઔષધિ બતલા દુ' તેા આપ કલસે હી પાગલકા સ્પેશ્યાલીસ્ટ બનકર બેઠ જાએાગે ઔર એક પાઇકી દવાઇકા હજારેા રૂપીઆ કમાકર મેાટરગાડીમેં ફીરને લગેાગે. જંગલમેં પરમ કૃપાલુ પરમાત્માને જો ઔષધિ નિર્માણ કી હૈ વહ ગરીબેાંકા લેાહીકા પરમાણુંસે પેદા કીયા હુવા પૈસાક બદલેમેં વિક્રી નહિ હેા સકતી. યહ તેા મનુષ્ય પ્રાણી માત્ર કે ઉપકાર કે લીયે હૈ. ઇસ લીએ ફીર ભી આપકેા વિજ્ઞપ્તિ કરતા હું, મુજે માફ કીજીએ. મેં નહિ બતલા સકતા હું.'

કપડાના મેલા, વાણીના અશુદ્ધ છતાં ભાવનામાં મારા પૂર્વાચાર્યો, અશ્વિનિકુમાર અને અત્રી જેવા પવિત્ર આ ભીલને ભેટી પડવાનું અને પગે પડી, પરેાપકારાર્થે ઔષધિ જાણવાનું મને મન થયું. મેં તેનેા હાથ પકડી એક પથ્થરની શીલા ઉપર બેઠક લીધી અને શરૂ કર્યું: 'ભાઇ ! હું પણ તારા જેવેા ઉપચારક છું. માત્ર દુનિયાની દૃષ્ટિમાં મારી અને તારી વચ્ચે અંતર છે. જો ખરૂં કહું તેા હું સફેદ કપડાં પહેરી વિદ્વત્તાનાં અને આયુર્વેદના આચાર્યનાં બહાનાં તળે મારા પેટની ખાતર જગતને નહિ પણ મારા પેાષણને ઉપકારી રહ્યો છું. ત્યારે ભાઇ ! તું મજૂરીથી પેટ ભરનાર–મજદૂર–મેલેા ઘેલેા છતાં અમારા આયુર્વેદના સિદ્ધાંતેાનું યથાર્થ પાલન કરી રહ્યો છે. મારા આર્યાવર્તને મારા સેંકડેા સ્વાર્થપરાયણ વૈદ્યો અને ડાકટરેાને બદલે તારા જેવા, નિર્લોભી, નિ:સ્વાર્થી, નિર્દંભી, અશ્વિનિકુમારની જરૂર છે. ખરૂં કહું તેા તેં આયુર્વેદ અને મનુષ્યકલ્યાણના આદર્શને ઝીલ્યા છે. પ્રિય ભાઇ ! હું સેાગંદ ખાઇને કહું છું કે જો તું તારેા ઉપચાર મને બતાવીશ તેા હું પણ આ ઉપાય જગતને ઉપકાર કરવા અર્થે નિ:સ્વાર્થભાવથી રજુ કરીશ. ભલે વિદેશી રંગે રંગાયેલા સાહેબલેાક બનેલા મારા આર્ય-

કુમારો આવા પ્રયોગોને નહિ અપનાવે, તેમાં રહેલી વિશિષ્ટતાને નહિ સમજે. એ એમનાં પાપો છે. પણ હું તારી જ રીતથી ખૂલ્લા દીલે લોકોને તારા તરફથી મળેલી ભિક્ષા બહુ પ્રેમથી બાંટી દઇશ. માટે ભલો થઇને મારા ઉપર દયા કર.'

મારા ઉંડા અંતરના ઉમળકાની તેના દિલ ઉપર અસર થઇ અને તે મને પોતાના ગોળાનો મર્મ અને તેની અંદર રહેલી ગાંડપણની નાશક દિવ્ય ઔષધિ બતાવવા પોતાની ઝુંપડીએ લઇ ચાલ્યો. દવા જાણવાની આતુરતાવાળો હું ભૂખ તરસ વિસારી, ભીલની પાછળ પાછળ જંગલ વટાવતો આગળ થયો. જાણે ભીલ સ્વરૂપ લીધેલા શિવની પાછળ હર્ષઘેલો બનેલો અર્જુન!

卐

પ્રકરણ ૧૪મું

પાગલની જડીબુટ્ટી

ગુણવાન માણસ પાસે ધનવાન અને બુદ્ધિમાન પણ ઘડીભર માટે અલ્પ જણાય છે. તેવી જ દશા ભીલની પાછળ પાછળ ચાલતાં મારી હતી, કારણ કે ગાંડપણનો નાશ કરનારા તેના મહાન અખતરાએ અને તેની સ્થીર તથા ગંભીર સારવારે મને આશ્ચર્યમુગ્ધ કર્યો હતો. અમે બેઉ એ ભાઇના ઝુંપડે ગયા ત્યારે સૂર્યનારાયણ અસ્તાચળને વટાવવા તૈયાર થયેલા. તેનાં આપ્તજનો—બાળબચ્ચાં અને ઘાસ તથા જંગલી લાકડાંથી આચ્છાદિત થયેલું ઘર—એ બધાંમાંથી અમુક પ્રકારને બાદ કરીએ તો આગળ પરોપકાર અર્થે તપશ્ચર્યા કરતા અને સજીવ વનસ્પતિઓની મધ્યમાં રહી, તેના

ગુણદોષનું પૃથક્કરણ કરી, નિઘંટુ રૂપે આપણી સામે રજુ કરનાર ઋષિમુનિઓ અથવા આયુર્વેદ આચાર્યોમાં અને આ ભીલમાં મને જરાયે ફેર ન લાગ્યો. સાયંકાળે ભીલના કુટુંબમાં મારા જેવાની મહેમાનગતિ એ તો વાણીયાના ઘરમાં સાપ જેવી જ ગણાય. છતાં એ બિચારાએ એકાદ પીત્તળના વાસણમાં થોડું બકરીનું દુધ મારે માટે લાવી આપ્યું. થોડી મકાઇની ધાણી અને બકરીનું દુધ મેં સાંજના ખોરાક તરીકે લીધાં. કોણ જાણે કેમ પણ એ ધાણીનો અને દુધનો સ્વાદ હજી પણ મને આવે છે. અનેક વખત પુરી, એકાદ બે શાક, કઢેલાં દુધ, મુરબ્બો, અથાણાં, ચટણીના સ્વાદો લેવાનો, કોઇ ગૃહસ્થનો મહેમાન થયો હોઇશ ત્યારે, પૂરા પંખાના બહારે અને વીજળીની રોશનીમાં મને પ્રસંગ પ્રાપ્ત થયો હશે; પણ આ મહેમાનગતિ અને તેના માયાળુ સ્વભાવે મારા અંતઃકરણ પર ઉંડી છાપ પાડી હતી. રાત્રે તો મને એ વાત ઉખાળવાનો પ્રસંગ જ ન મળ્યો કે જેને માટે હું જંગલવાસી બન્યો હતો. દર્ભથી ભરેલ ચારપાઇ ઉપર એક કંથા મારે માટે બીછાવી તેના ઉપર મારો પાસે રાખવાનો ખેસ ઓછાડીને હું નિદ્રાદેવીના ખોળે પડયો અને સૂર્યનાં બાળકિરણોએ હું જાગ્યો ત્યારે મારે માટે બકરીનું દુધ તૈયાર હતું તે મેં લીધું. ત્યારબાદ મારી ઇંતેજારી રજુ કરી. એ ભીલ પેલો માટીનો ગોળો મારી પાસે લઇ આવ્યો કે જેમાંથી દ્રવ્ય રૂપ ઔષધ કાઢી પાગલને પાવામાં આવતું હતું. તેણે ઉપરથી ધીમે ધીમે માટી ઉખેડી નાંખી તો અંદરથી ભૂરૂં કહોળું નિકળ્યું. એ કહોળાને ચપ્પાથી કાપી નાંખવામાં આવ્યું તો અંદર એકાદ બે જાતની વનસ્પતિ છુંદીને ભરી હોય તેમ જણાતું હતું.

હવે એ ભાઇએ મારી પાસે ખુલાસો કરવા માંડયો : ‘ જુઓ બાબુજી (અહીં ગુજરાતી અનુવાદ આપું છું) પાગલ બે જાતના થાય છે—એકમાં કૃમી-જીવડાં પેટમાં હોય છે. એની એ નિશાની છે કે તેની આંખના નીચેના ભાગમાં ધેયર હોય છે અને તેની સાથે એ પાગલ

ઘણી વખત છાતી ઉપર ખજવાળ્યા કરે છે અથવા કાન ધુંસ્યા કરે છે. બીજી જાતનો પાગલ જેના પેટમાં કૃમી નથી હોતા તેની આંખની કીકીમાં ફેર હોય છે; સાજા માણસની અને પાગલની કીકી સ્પષ્ટ જણાઇ આવે છે. હું બીજી જાતના પાગલની દવા નથી જાણતો. પણ આવી જાતના કે જેને પેટમાં કૃમી હોવાને લીધે પાગલપણું આવ્યું હોય છે તેને માટે આ દવા મારા ઘરમાં અમારો પુરૂષવર્ગ વંશપરંપરાથી જાણે છે અને કાંઇ પણ બદલો લેવાની ઇચ્છા વગર અમે આ ઉપચાર કરીએ છીએ. મેં મારા હાથથી આવા વીશ પાગલને સાજા કર્યા છે. એ દવા તો આપ સમજી ગયા હશો કે આ ભુરૂં કહોળું અથવા સફેદ કહોળું છે. તેને લાવી અમે ડગળી દઇને વચમાંથી તેનો પોચો ગાભો કાઢી નાંખી તેમાં બીજી ત્રણ વનસ્પતિને વાટીને ભરીએ છીએ. તેનાં નામ મને નથી આવડતાં, પણ મારી સાથે ચાલો તો બતાવું."

અમે બેઉ વગડામાં ચાલ્યા. થોડે આગળ ગયા ત્યારે તેણે પૃથ્વી ઉપર વેલાની માફક પથરાયેલી વનસ્પતિ ઉપાડીને મારા હાથમાં મૂકી અને તે મેં ઓળખી. એ હતી ઉંદરકની અથવા મંડુકપર્ણી. થોડે આગળ વધ્યા અને બીજી વનસ્પતિ બતાવવામાં આવી. તે હતી શંખાવલી અથવા શંખપુષ્પી. અને ત્રીજી વનસ્પતિ બતાવવામાં આવી તે હતી બ્રાહ્મી. આ ત્રણે વનસ્પતિને થોડા પ્રમાણમાં લઇ સારી રીતે છુંદવામાં આવતી. કહોળાને ડગળી આપેલી તેના પેટમાં એક વાંસનો સળીયો પ્રથમ સારી રીતે આજુબાજુ ઘોંચવામાં આવતો, એથી કહોળાનો રસ વચમાં એકઠો થાય, તેમાં ત્રણે વનસ્પતિ નાંખવામાં આવતી અને તેના ઉપર પલાળેલી માટીનું લેપન એટલા માટે કરવામાં આવતું કે કહોળું જરા પણ શેાષાય નહિ અને રસ પૂરા પ્રમાણમાં દ્રવીને, ત્રણે વનસ્પતિમાં મળે. તેના ઉપર સાકર પડે એટલે એ મિશ્રણ-કહોળું, શંખાવલી, ઉંદરકની, અને બ્રાહ્મી તેમ જ સાકરનું મિશ્રણ ઉત્તરોત્તર વધતા પ્રમાણમાં તૈયાર મળે કે જેટલાની

દરદીને જરૂરીયાત હોય. આ પ્રયોગ એ ભીલે કોઇ પણ ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય મને બતાવ્યો.

આથી વિશેષ મારે એની પાસેથી કાંઇ જાણવાનું રહેતું નહોતું તેમ તેને વિશેષ કહેવાનું પણ નહોતું, એટલે મેં ત્યાંથી રજા લીધી અને હું ઘેર આવ્યો. દરદી સ્વસ્થ હતો. માત્ર પથારીમાં પડી રહેવા જેવી અશક્તિ સિવાય પાગલપણાનું એક પણ ચિહ્ન નહોતું જણાતું.

હું તો આવેલો દરદીની સારવાર અને ઉપચાર કરવા, પણ અનાયાસે એની સફળતાનો જશ તો જંગલવાસી ભીલ ખાટી ગયેલો. જો કે હું એટલી સફળતા એ કેસમાં મેળવી શકયો હોત કે કેમ તેની મને શંકા જ હતી. હવે તો મારે પ્રયાણ કરવાનું હતું. પણ તેમના આગ્રહથી એકાદ દિવસ વધારે રોકાવાનું બન્યું અને હું ભીલના બતાવેલા પ્રયોગ ઉપર વિચારે ચઢયો.

કૂષ્માંડ—કહોળું વૈદક શાસ્ત્રમાં વીર્યવર્ધક, પુષ્ટિકારક, બસ્તિ શોધક, બલકારક તથા મૂત્રાઘાત, મૂત્રકચ્છ, પથરી, પ્રમેહ, તૃષા, અરૂચી, વાયુ, પિત્ત, રૂધીરવિકાર વગેરેનો નાશ કરનાર માનેલ છે. ત્યારે ઉન્માદ મટાડવાનો તેનો ગુણ હશે કે કેમ તેનો વિચાર કરતાં રાજવૈદ્ય બીરજાચરણ કવિભૂષણનાં વચનો મને યાદ આવ્યાં:

'જુના કહોળાના રસમાં કઠનું ચૂર્ણ અને મધ નાંખીને પીવું. એ ઉન્માદ એટલે ઘેલછાના દરદનું ઔષધ છે.'

તેમજ 'ઔષધિ સંગ્રહ'ના કર્તા પોતાના ગ્રંથમાં નીચે મુજબ લખે છે:

'ઉન્માદ એટલે દીવાનાપણામાં રોગીના ડોળા લાલ થયેલા હોય છે, નાડી વધારે ચાલે છે અને દરદી બેફામ એટલે તોફાન ઉપર હોય છે, ત્યારે કહોળાનો રસ આપવામાં આવે છે. તેથી મળશુદ્ધિ સાફ

રીતે થઇ દરદીને ઉંઘ આવે છે. કહેાળાના રસ સાથે કુંવરનેા રસ, તજ અને અને બ્રાહ્મી ઉમેરવામાં આવે તેા પણ ચાલે છે.'

ભીલના બતાવેલા અને ફળિભૂત થયેલા પ્રયેાગની શાસ્ત્રીયતા હવે જ મને સમજાઇ. બ્રાહ્મી ગતિ મતિનેા ભ્રમ દૂર કરનાર અને મગજ સ્થિર કરનાર તથા શંખાવલી મગજને પૌષ્ટિક અને બુદ્ધિવર્ધક તથા અંતઃકરણને સતેજ કરનાર છે. ઉંદરકની બ્રાહ્મીને મળતી એ જ જાતની વનસ્પતિ છે, છતાં એ કૃમીઘ્ન અને વાતાહર છે. એ પ્રમાણે કહેાળું, બ્રાહ્મી, શંખાવલી, ઉંદરકની અને સાકરના મિશ્રણથી તૈયાર થતી દવા જરૂર ઉન્માદ ઉપર આવી તાત્કાલિક અસર નીપજાવતી હેાય છે. ઉંદરકનીના કૃમીઘ્ન અને કહેાળાના બસ્તીશેાધક તથા મળકારક ગુણેાથી દરદીને દસ્ત લાવી, અસંખ્ય કૃમી બહાર કાઢી, મગજને ઠેકાણે લાવી આપી, ઉન્માદને ૪૮ કલાકમાં મટાડે તેા તે આશ્ચર્યકારક વાત ન ગણાય, માત્ર હેરત પમાડે એ વાત તેા ભીલે આ પરંપરાગત નુખસેા સંગ્રહી રાખી દરદી કૃમીપ્રાધાન્ય છે કે કેમ તેનું નિદાન કરીને દરદીને હિંમતથી સારેા કર્યો તે હતી.

અમેા આયુર્વેદના નિષ્ણાત કહેવાતા વૈદ્યોની આવા અમૂલ્ય પ્રયેાગેા તરફ કેમ દૃષ્ટિ નહિ જતી હેાય ? ડાકટરેા તેા બિચારા પેાટાસ્યમ બ્રોઇમાડ, હાઇડ્રોકલેારેટ–જેવાં સ્નાયુશૈથિલ્યકૃત ઔષધેા ઉન્માદના દરદીને આપી જીવવા છતાં મુડદા જેવા બનાવી ઘડીભર માટે પેાતાનાં પ્રીસ્કીપ્શનેા ઉપર મહાન બનતા હશે. પણ આર્યઔષધીઓ તેા ઉન્માદીને સાજાસારા કરવા હજીએ હિંદની પહાડી કંદરાઓમાં નવપલ્લવિત ફલાં ફૂલાં થઇ રહી છે; તેા તેને અપનાવી માનવસેવાનેા લ્હાવેા કેમ નથી લેતા ? હિંદમાં દર વરસે ૧,૨૦,૩૦૪ (એક લાખ વીસ હજાર ત્રણસેા ને ચાર) જેટલા ગાંડાએા ઇસ્પીતાલેા અને ઘરઆંગણે મળી આવે છે અને જેમ જેમ સમય જતેા જાય છે તથા સમાજ ઉપર માનસિક બેાજો વધતેા જાય છે તેમ તેમ ગાંડાઓની સંખ્યામાં

વધારો થતો રહેવાનો. એને માટેની ઇસ્પીતાલો અને તેમાંની વ્યવસ્થા કસાઇઓના બકરા પૂરવાના તબેલા સિવાય વધારે સારી ભાગ્યે જ હોય છે. તો સમાજ કે આરોગ્ય ખાતાના પ્રધાનો હિંદની ગાંડપણની નાશ કરનારી, થોડા ખરચે મળતી, આવી અમૂલ્ય ઔષધિના અખતરા કરે–કરાવે તો એથી નુકસાન તો નથી જ પણ અત્યંત લાભ છે.

હમણાં હમણાં **પાગલકી જડી** એ નામની વનસ્પતિએ થોડાં વરસોથી પાગલ–ઉન્માદ રોગો ઉપર ઠીક ઉપકાર કર્યો છે. એ વનસ્પતિ છે તો નીઘંટુ પૈકીની સુપ્રાપ્ય ઔષધિ, પણ કહેવાય છે કે મુંબઇના ગૃહસ્થને એક મહાત્માએ એનાં મૂળાડીયાં આપ્યાં અને પાગલને પીવરાવ્યાં. આઠ–દશ દિવસમાં પાગલ સારો થયો. ફરી બીજાં આપ્યાં અને બીજો દરદી સારો થયો. શેઠને શ્રદ્ધા વધી અને એ મહાત્માને વિનતિ કરી કે એ જડીબુટ્ટી પોતાને બતાવવામાં આવે તો પોતે પોતાના ખરચે હિંદભરમાં તે દવા પૂરી પાડશે.

દયાળુ મહાત્માએ એ જડી જંગલમાં લઇ જઇ શેઠને બતાવી અને એ શેઠે બે ચાર માણસો પોતાના રોકી થેલા ભરી, મંગાવવા માંડી અને પાગલ માટે વિના મૂલ્યે આપવા માંડી. એથી સેંકડો દરદીઓ સારા થવા લાગ્યા.

આ વસ્તુ ઉપર મુંબઇના વૈદ્યરાજ શ્રી હીરજીભાઇ જીવરામનું ધ્યાન ખેંચાયું અને તેઓ એ શેઠને મળ્યા. એ જડીનું પોતે નામ માગ્યું. શેઠ નામ આપવા નારાજ હતા પણ જડીબુટ્ટી જોઇએ તેટલી પાગલ માટે પૂરી પાડવા કહ્યું અને વૈદ્યરાજે પોતાની મારફત થોડાક પાગલો ઉપર એ દવા અજમાવી. એનું પરિણામ ઘણું સારૂં આવ્યું. જે દરદીને આપવામાં આવી તે દરદી સારા થતા ચાલ્યા. એટલે એ જડીની શાસ્ત્રીયતા ખોળવા માટે એ ભાઇએ પ્રયાસ આદર્યો. તેમણે નક્કી કર્યું કે **પાગલકી જડી** એ શાસ્ત્રીય **સર્પગંધા** છે અને તે નેપાળ, બનારસ, પટણા, કોકણ, બદ્રિનારાયણ, કલકત્તા, બિહાર વગેરે

આંતોમાં થાય છે. એને પ્રાંતવાર ધવલંબરવ, ચાંદબરવા, મુર્છા, છોટી ચાંદડ વગેરે કહે છે. આ જડીના ગુણ એ વૈદ્યરાજના શબ્દોમાં જ આપું છું :

'આ જડીનો છેલ્લાં બે વરસથી ઉપયોગ કરી તેના ગુણ વિષે અદ્દ્ભુત ચમત્કાર જણાયાથી પ્રસિદ્ધિ માટે આ નોંધ લખેલી છે. તેના ગુણ વિષે અનેક વિદ્વાનોએ જાહેર પત્રોમાં, પોતાના વપરાશ પછી થયેલા મત જાહેર કર્યા છે. તે પૈકી કલકત્તાના ડૉ. ગણનાથ સેન, વનસ્પતિશાસ્ત્રી પ્રોફેસર જગદીશચંદ્ર બોઝ, ડૉ. સર કૈલાસચંદ્ર વસુ, ડૉ. અક્ષયકુમાર નંદ—એઓએ કલકત્તામાં આ દવા વાપરી ઉન્માદના કેસો સારા કર્યાના દાખલા જાહેર કર્યા છે. એવી જ રીતે મેં પણ લગભગ ૨૦૦ દરદીઓ ઉપર એને અજમાવી અનુભવ મેળવી પ્રચાર કર્યો છે.

'ઉન્માદ રોગી ઉપર એ જડીનો વપરાશ નીચે મુજબ થાય છે :

'રોગીને પાગલકી જડીનું મૂળ તો. ૦ા, કાળા મરીના દાણા સાત, ગુલાબજળ તો. ૫ એ પ્રમાણે લઇ પ્રથમ જડી તથા મરીની ઝીણી વસ્ત્રગાળ ભૂકી લઇ, ગુલાબજળમાં ભીંજવી રાખવી તથા ભાંગની જેમ લઢીને જમ્યા પહેલાં બે કલાકે પીવરાવવી. સવારની ભીંજવેલી સાંજે અને સાંજની ભીંજવેલી સવારમાં વપરાશમાં લેવી.

'**અસર**—દર્દીને ગમે તેટલા વખતથી ઉંઘ નહિ આવતી હોય કે તે બકવાટ અથવા મારફાડ કરતો હોય, પરંતુ બે વખતના વપરાશથી તેને ઉંઘ આવવા લાગશે અને શાન્તિ મળશે.

'**પથ્ય**—સાત દિવસ સુધી દહીંભાત ખાવા આપવાં વ્યસન, ચહા, બીડી, પાન, સીગારેટ બંધ કરવાં.

'દવા શરૂ કર્યા પછી કેટલાક દર્દીને મોઢે થુંક પડે છે, કોઇને ગળામાં સોજો, શરદી, તાવ, ટાઢ ભરાઇ આવે છે. દવાની માદક અસરથી હોજરીમાં મંદતા આવી, ભૂખ ઓછી લાગે છે. શરીરનાં

અવયવોમાં દુઃખાવો, બે ત્રણ દસ્ત વગેરે થાય છે. આથી ગભરાવું નહિ. અસર વધારે પડતી જણાય તો તેનું પ્રમાણ કમી કરી, જરૂર પડે દવા બંધ પણ કરવી. વિષમ ચિહ્નો બંધ થયા પછી પુનઃ દવા શરૂ કરવી. ત્રીજે દિવસે ગુણ શરૂ થશે. સાત દિવસમાં ઉપર બતાવ્યાં પૈકીનાં કોઇ ચિહ્નો જણાય તો બેચાર દિવસ વિરામ લઇ, દવાનો ક્રમ ફરી શરૂ કરવો. આવો ક્રમ એક માસ સુધી જારી રાખવો. દર્દી સારો થયા પછી દવા બંધ કરવી. આવી જ રીતે પાગલકી જડીથી બ્લડપ્રેશર, અનિદ્રા અને હીસ્ટીરીયાના રોગો પણ સારા થાય છે. જે ભાઇને પાગલકી જડીની જરૂર હોય તો મને લખી મોકલશે તો તેમને થયેલ ખરચો લઇ પૂરી કરવાનો પ્રબંધ કરી આપીશ.'

卐

પ્રકરણ ૧૫મું

હીસ્ટીરીયા

હીસ્ટીરીયા એ શબ્દ પરભાષાનો છે. જેમ જેમ હિંદ ઉપર પરદેશીઓ રાજ્યકર્તા થયા તેમ તેમ હિંદી ભાષાની સાથે પરભાષાના શબ્દોનું મિશ્રણ થતું ગયું. મુસલમાનના બાદશાહી અમલમાં ફારસી અને અરબ્બી શબ્દોએ પગપેસારો કર્યો, એમ બ્રિટીશ રાજ્યકર્તા આવ્યા પછી ઇંગ્લીશ, ફ્રેન્ચ અને પોર્ટુગીઝ ભાષાના શબ્દો છૂટથી વપરાતા થયા. એવી જ રીતે શારીરિક વૈદક જ્ઞાન પણ પરભાષા દ્વારા આપવાની પ્રથા શરૂ થઇ ત્યારથી હિંદની દેશી ભાષાઓ ઉપર વધારે હુમલો થતો ગયો અને પરભાષા દ્વારા શિક્ષણ મેળવેલા ડોકટરો વાતચીતમાં રોગોનાં નામો ગુજરાતી બોલતા હોય તોય વચમાં

ફીવર, વોમીટ, ન્યુમોનીયા, ગોનોરીયા વગેરે એવી છટાથી બોલે કે દરદી પણ પછી પોતાની વાતોમાં એ શબ્દપ્રયોગ કર્યા જ કરે.

વચમાં એક વાત કહું: એક તાવના દરદીને હું જોવા ગયેલો, સારવારમાં એની મા તેની પાસે હાજર હતાં. મારૂં જવું અને દરદીને પથારીમાંથી બેઠું થઇને કહેવું: 'બા ! કાંઇક લાવ. વોમીટ થાય છે.' બિચારી મા ન સમજી 'વોમીટ' થાય છે તે શું લાવું ? અને દરદીએ પથારી ઉપર વોમીટ કર્યું ત્યારે જ તેની મા સમજી કે રડયાને ઉલટી કરવા વાસણ જોઇતું હતું ! એ ભાઇ અંગ્રેજીની 'એ. બી. સી. ડી' પણ નહિ ભણેલાં, કોઇ આકસ્મિક રીતે વોમીટ શબ્દ હૈયે ચઢેલો અને એમણે પચાવેલો.

હીસ્ટીરીયાનો મૂળ શબ્દ 'હીસ્ટેરા' છે. એ ગ્રીક ભાષાનો શબ્દ છે. હીસ્ટીરીયા રોગ નવો છે એમ તો ન કહી શકાય. તેનાં લક્ષણ અને સ્વરૂપ તપાસતાં સુશ્રુત અને વાગભટ્ટાદિમાં તે મળી આવે છે. છતાં એટલું તો ચોક્કસ કે વીશમી સદી જેટલો એ વ્યાધિ આગળ બહુ પ્રચાર પામેલો નહિ હોય. પણ જ્યારથી આ દેશની ઉત્પાદક શક્તિ સંકુચિત થતી ગઇ, જીવનનાં સાધનો મોંઘાં થતાં ગયાં, રાજ્યના કરો વિવિધ પ્રકારે પ્રગટ થતા ગયા, સંસ્કારના નામે સ્વેચ્છાચારનો બોજો વધ્યો, પરદેશી બનાવટો મોહરૂપ જાળમાં ફસાવતી હોવાથી તેને મેળવવા મનુષ્યજીવન ચિંતામય રહેવા લાગ્યું અને તેથી શારીરિક અને માનસિક બળ ઘટતાં ગયાં, એટલે આવા વ્યાધિઓ પોતાના હાથ લંબાવી, ચારે બાજુથી મનુષ્યોને સ્વાહા કરવા લાગ્યા. જ્યારે આ વ્યાધિ ખૂબ જોરશોરથી આગળ વધ્યા ત્યારે વૈદ્યોએ હીસ્ટીરીયાને આયુર્વેદના ક્યા રોગ સાથે સરખાવવો તેની તુલના કરવા માંડી.

હીસ્ટીરીયાની બંગાલી વૈદ્યોએ અપસ્માર (વાઇ—ફેફરૂ)ની સાથે તુલના કરીને તેનું નામ યોષાઅપસ્માર રાખ્યું, ત્યારે બીજા દેશોના વિદ્વાનોમાંથી કોઇએ ભૂતોન્માદ, કોઇએ મૂર્ચ્છા, અપતાનક, આક્ષેપક,

ધનુર્વાત, આંચકી વગેરે વ્યાધિ સાથે સરખામણી કરવાનો પ્રયાસ કર્યો. એ બધામાં યોષાઅપસ્માર એ વૈદ્યોને વધારે ઠીક લાગ્યો. પણ જાહેર પ્રજાને તો 'હીસ્ટીરીયા'ના નામના ઘુંટડા ડોકટરોએ, બાળકને જન્મના છઠ્ઠા દિવસે ગળથુથી પાય તેમ ઘુંટીને પાયેલા, એટલે વૈદ્ય પાસે જાય ત્યારે એ હીસ્ટીરીયા કહે અને વૈદ્ય તેને યોષાઅપસ્માર સમજી લે, અસ્તુ.

કોઇ કહેશે કે આ રોગને યોષાઅપસ્માર એટલે સ્ત્રીઓનો જ અપસ્માર શા માટે કહ્યો છે? પુરૂષને તે નથી થતો? તેના જવાબમાં કહેવું જોઇએ કે આ રોગ નવાણું ટકા સ્ત્રીઓમાં જ હોય છે. માત્ર અપવાદરૂપે ક્વચિત પુરૂષને આ વ્યાધિ થતો હશે, પણ તે સેંકડે એક ટકો. જેવી રીતે હિન્દુસ્તાનમાં સ્ત્રીવર્ગમાં હીસ્ટીરીયાનો વ્યાધિ જોવામાં આવે છે, તેવી જ રીતે અમેરિકન, યુરોપીયન, અને યાહુદી સ્ત્રીઓમાં પણ આ વ્યાધિ મોટા પ્રમાણમાં થાય છે; કારણ કે સ્ત્રીજાતિનો કોઠો પુરૂષ કરતાં નાજુક હોય છે. તેનો સ્વભાવ કોમળ, લજ્જાશીલ, લાગણીવશ, દૃઢતાનો અભાવ, કષ્ટને સહન કરવાની શક્તિ ઓછી, એ બધું સ્વાભાવિક હોય છે અને એ સ્વભાવને જેટલો વધુ મહેકાવ્યો હોય છે અથવા વધારે પંપાળ્યો હોય છે તેટલા જ પ્રમાણમાં આ વ્યાધિ વધુ જોવામાં આવે છે. અત્યારે જુઓ તો ધનાઢ્ય અને મધ્યમ લોકોની સ્ત્રીઓમાં હીસ્ટીરીયાનું પ્રમાણ અધિક જોવામાં આવે છે. એના બદલે ગરીબ વર્ગમાં એ ઓછો હોય છે. કારણ કે ગર્ભશ્રીમંતો, અમીરો, રાજદ્વારી પુરૂષો, કેળવાયેલાઓમાં સ્ત્રીઓ અને કન્યાઓને શારીરિક મહેનત મળે અથવા મનસ્વી તરંગોથી છુટા પડાય એવી કાર્યવાહી જ હોતી નથી; તેમ ઘરખાનગી કામ પણ કઇ કરવાનાં હોતાં નથી. એટલે તેમનાં તન, મન અને નેત્ર સ્વતંત્રતા ભોગવે છે. તેમને વખત ગાળવો કઠણ થઇ પડે છે. કદિ વિચારના તરંગો વધે છે, કદિ વિલાસી નવલકથાઓ અને શૃંગારી નાટકો તથા સિનેમા, તેમ જ દીવાનખાનામાં

શણગારેલા ફોટાઓ જોવા અને તેથી થતી મનની ચંચળતા, અને એ મનથી કલ્પેલા વિષયાનંદની ઊણપે પણ હીસ્ટીરીયાનો પગપેસારો થાય છે. છૂટી રીતે એને આપણે ન જોઇએ તો, ખાસ હીસ્ટીરીયા થવાનાં અગત્યનાં નીચેનાં કારણો જણાયાં છે :

ક્રોધી સ્વભાવ, શોકમાં લીન થવું, ભય પામવો, કુટુંબકલેશ વધવો, ભયંકર આપત્તિ, ગર્ભપાત થવો, ચિંતાગ્રસ્ત રહેવું, દુર્બળપણું, અયોગ્ય ત્રાસ, કજોડું, પ્રજાની હાનિ, પતિનો તિરસ્કાર, પતિનું લાંબે પંથે વસવું, ઋતુદોષ, વંધ્યત્વ, ઘણાં બાળક થવાં, પતિ તરફથી વિષયતૃપ્તિ ન થવી, બાળાત્કારે પાળવું પડતું બ્રહ્મચર્ય.

ઉપરથી તો આ કારણો એકબીજાંથી જુદાં જણાય છે, છતાં ખરી રીતે એ એકબીજાંથી સંકળાએલાં છે તેમ જ એકબીજાંનાં ઉત્પાદક છે.

આ બધી શાસ્ત્રીય ચર્ચાને બાજુએ રાખીએ તો પણ એક વાત ચોક્કસ જણાય છે કે જે સ્ત્રી વધારે કોમળ, વધારે કેળવાયેલી, વધારે શ્રીમંત, વધારે સમજુ અને વધારે વીંટાયેલી એ જ હીસ્ટીરીયાનો વધારે ભોગ બની બેસે છે. આ વ્યાધિનું દુઃખ એ છે કે તેને થવાનું કારણ તેની નીકટમાં વસતો-રહેતો બાપ, ભાઇ કે પતિ પણ નથી સમજી શકતો; ત્યારે બિચારા ડોકટરના ડોઝ અને વૈદ્યોનાં પડીકાં આ વ્યાધિને કેમ મટાડી શકે ? છતાંય લોકો નાગદેવતાને પ્રસન્ન કરવા નાગપાંચમે છાણનો નાગ કાઢીને પણ પૂજા કરી લે છે, તેમ હીસ્ટીરીયા મટાડવાનાં કારણોની તપાસ કર્યા વગર થોડા દિવસ ગમે તેવી દવા લેવાય છે, એથી દરદીના વાલીને શાંતિ થાય છે કે દરદી માટે હું કાંઇક કરૂં છું અને વૈદ્ય કિંવા ડોકટરને એમ લાગે છે કે દરદીનાં નાણાં હું પચાવું છું. બાકી દરદ અને દરદીને દોસ્તી કાયમ રહે છે. આ વ્યાધિનાં લક્ષણો માટે બહુ ઓળખાણ ન આપીએ કે વર્ણન ન કરીએ તો પણ ચાલી શકે; છતાં હીસ્ટીરીયાના દરેક દરદીનાં લક્ષણો એકસરખાં નથી હોતાં. જુદી જુદી પ્રકૃતિ પ્રમાણે જુદા જુદા રૂપમાં એને ખેંચતાણ

આવે છે. છતાં એ લક્ષણો પ્રમાણે તેનામાં ત્રણ દોષો પૈકી જે દોષનું આધિક્ય છે તે પ્રમાણે લક્ષણોમાં ફેરફાર થાય છે. જો કે દરેક હીસ્ટીરીયાના દરદીમાં વાતાધિક્ય દોષ પ્રધાનપણું ભોગવતો જ હોય છે અથવા વાયુ કોપેલો હોય છે. ખરૂં જોતાં તો આ વ્યાધિ માનસિક છે અને એ પછીથી માનસિક નહિ રહેતાં શારીરિક પણ બને છે. હીસ્ટીરીયાના પૂર્વ સ્વરૂપ તરીકે પ્રથમ તો એ દરદીની બુદ્ધિમાં થોડો ફેરફાર જણાય છે. અયોગ્ય પ્રસંગ વખતે ખુશમીજાજમાં રહેવું, ટગર ટગર જોયા કરવું, ખડખડ હસવું, આનંદના પ્રસંગે રડવું, વગર કારણે કલેશ કરવો, નિકટમાં રહેનાર ઉપર ખોટું આળ ચઢાવવું, સાધારણ વાતચિતમાં વહેમી સ્વભાવ, મગજ દુઃખવાની હમેશાં ફરિયાદ, ઓછ્યાં, ઓછ્યાં-એવા ઓડકાર આવ્યા કરવા, હેડકી આવવી, બગાસાં આવવાં, દિઙ્મૂઢ બનવું, પેટમાં ગોળ દડા જેવું દોડતું હોય તેવી ભ્રાંતિ થવી, ઉંઘમાં સ્વપ્નાં આવવાં, શરીર ઉપર કીડીઓ ફરતી હોય એવી શંકા, ઉંઘવાની તૈયારીમાં હાથ કે પગ અચાનક છટકવો, વગર પ્રસંગે હૃદયની ગતિ વધી જવી, વગેરે લક્ષણો હીસ્ટીરીયા થવાનો હોય કે આવવાનો હોય તે પહેલાં જણાય છે, કેટલાકને ખેંચતાણ લાગુ થતા પહેલાં છાતીમાં થોડું દરદ થવા લાગે છે, અથવા બગાસાં કે હેડકી કિંવા ઓડકાર ચઢે છે, હાં-હાં જેવો અવાજ ગળામાં થવા લાગે છે, મન ધીમે ધીમે ગ્લાનિ પામતું જાય છે, તંદ્રા આવે છે, શુનકારપણું પ્રાપ્ત થાય છે અને ચેતનાશક્તિનો લોપ થતાં દરદી બેભાન થઇ પડે છે. અપસ્માર અને યોષાઅપસ્મારમાં માત્ર ભેદ આ જગ્યાએ જ રહે છે કે અપસ્મારનો દરદી બેભાન થયા પછી તેની આત્મજ્ઞાન-શક્તિ નાશ પામી જાય છે અને હીસ્ટીરીયાનો દરદી બેભાન હોવા છતાં તેને તે જાતનું જ્ઞાન રહે છે અને પોતાના ઉપર થતી સારવારનો પણ કેટલાક દરદીઓને ખ્યાલ રહે છે. અપસ્માર અને હીસ્ટીરીયાના બીજા પણ કેટલાક ભેદો ઝીણવટથી તપાસીએ તો માલૂમ પડે છે, પણ એને માટે આ સ્થળે અવકાશ નથી.

હીસ્ટીરીયાની ફીટ વખતે શરીરમાં શો ફેરફાર થાય છે તે આપ
જોઇએ. શાસ્ત્રકારો કહે છે કે 'જ્યારે કોપ પામેલો વાયુ સઘળ
ધમનીઓમાં આવે છે ત્યારે વારંવાર સંચારણગતિ ઉત્પન્ન થાય છે
જેમ હાથી ઉપર બેઠેલા માણસનું શરીર હાલ્યા કરે છે. કારણ
કુપિત કરનારાં દ્રવ્યોથી પ્રકોપ પામેલો વાયુ પક્વાશયમાંથી ઉં
ચઢી હૃદયને, માથાને અને લમણાને પીડે છે, હાથ પગ વગેરે અંગો
પ્રચલિત કરે છે તથા ગાત્રોને કમાનની પેઠે વાળે છે, ચિત્તને મોહ
યુક્ત બનાવે છે, જેથી માણસ મીંચાયેલી આંખોવાળો અથવા ઘર
ડાએલી આંખોવાળો બને છે.'

શુશ્રુત કહે છે: 'જ્યારે વાયુ કફથી સંયુક્ત થઇ ધમનીયોમાં જ
રહે અને શરીરને લાકડીની પેઠે લંબાયમાન બનાવી સ્તબ્ધ કરી
નાંખે, જ્યારે આંગળીઓ, ઘુંટીઓ, પેટ, હૃદય, વક્ષઃસ્થળ અને ગળુ
એ સ્થાનમાં રહેલો બળવાન પવન વેગવાળો થઇને સ્નાયુસમુહને
શિરાઓને અને કંઠને પણ કંપાવે તેને દંડાપતાનક જાણવો.'

શાસ્ત્રોની સાક્ષી ન શોધીએ તો પણ નરી આંખે દેખાય છે
આજે હીસ્ટીરીયાએ નારીસમાજમાં ઉંડા પાયા નાંખ્યા છે. એક તરફ
જ્યારે સ્ત્રીસ્વાતંત્ર્યની હિમાયત વધતી જાય છે, પુરૂષ સમોવડી બનવ
નારી મંથન કરે છે, ત્યારે બીજી બાજુ સ્ત્રીને શાસ્ત્રમાં કોમળાંગી કહી
છે તેની સાથે તે કોમળ મનવાળી પણ જોઇ શકાય છે. સુખદુઃખન
આઘાતો અને પ્રત્યાઘાતો તો પુરૂષોને પણ સંસારયાત્રામાં અનંત
ઝીલવા પડે છે, છતાં સ્ત્રીઓને આટલો બધો આ વ્યાધિ શા માટે
સતાવી રહ્યો છે! શા માટે સ્ત્રીઓ મજબૂત મનની બનીને આ
વ્યાધિને મારી હઠાવતી નથી! માનસશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ હું તો ત્યાંસુધી
કહું છું કે આ યોષાઅપસ્મારમાં–હિસ્ટીરીયામાં જો મનને દૃઢ બનાવ
વાના અને ઇચ્છાશક્તિ અથવા 'વીલપાવર' કેળવવાના પ્રયોગો અજ
માવવામાં આવે તો ઔષધની બહુ જ ઓછી જરૂર રહે છે. મેં લે

કેટલી યે વખત જોયું છે કે હીસ્ટીરીયાવાળી સ્ત્રીની ફીટને, જો સંસર્ગમાં રહેતા અને નીકટમાં વસતા આપ્તજનો ધારે તો લાંબા સમય સુધી અટકાવી શકે છે અને જો ધારે તો દિવસમાં બેચાર વખત પણ લાવી શકે છે. કેટલાયે કેસોમાં જોયું છે કે હીસ્ટીરીયા આવતી સ્ત્રીની સાથે વાર્તાલાપમાં જો તેને હીસ્ટીરીયા આવે છે અને તે બિચારી એ વ્યાધિથી ઘણી દુઃખી થાય છે એમ સંભારી દેવામાં આવે તો તે જ વખતે તેને ફીટ આવે છે.

આમ કેમ બનતું હશે ? એ તો દરેક સમજુ શાણો માણસ સમજી શકે છે કે તેના આનંદિત મન ઉપર વિચારનાં વાદળો વાળી લાવી એકઠાં કરવાથી એમ બને છે. છતાંય આ દેશની પ્રજામાં દુઃખનાં સંભારણાં કરી વિવેક કરવો એ એક શિષ્ટાચારમાં ગણાય છે !

મારા એક ખાસ સ્નેહીના ચિરંજીવીની જાનમાં હું ગયેલો અને તે જાનમાં ૭૦–૭૫ માણુસ હતાં. તેમાં થોડી કન્યાઓ અને થોડી બાળવિધવાઓ પણ સાથે ખરી. એકાદ બે દિવસના મિષ્ટાનના ભોજનથી અથવા વાલ, ભજીયાં અને અન્ય એવી વિવિધ ગેસ ઉત્પન્ન કરનારી સામગ્રી જમવાથી પણ એક દિવસ તો હીસ્ટીરીયા રમવા નિકળ્યો અને સ્ત્રીવર્ગમાં વારાફરતી ફીટ શરૂ થઇ. 'દરજીનો દીકરો જીવે ત્યાંસુધી સીવે' એમ હું તો ગયેલો લગ્ન મ્હાણુવા, છતાં ત્યાં પણ 'વૈદ્યરાજ! ચાલો, ચાલો, તમારી જરૂર છે.' અને જઇને જોઉં ત્યારે ફીટમાં બેભાન પડેલી દેવીઓની સેવા મારે માટે હતી ! દવાનો જથ્થો તો બહુ જ ઓછો. પણ કોણ જાણે મારા ઉપર સ્નેહીઓની શ્રદ્ધા હોય કે પછી પ્રબળ ઇચ્છાશક્તિ કામે લાગતી હોય, પણ થોડું માર્જન અને થોડા ત્રાટકથી સંપૂર્ણ બેશુદ્ધ બનેલી બહેનો પૂર્ણ સુખ અને શાંતિ અનુભવતી જણાઇ.

ત્યારે આ ઉપરથી ખાત્રી થાય છે કે વૈદ્યો માત્ર પડીકાં જ વાળે એ કરતાં દૃઢ મનોબળવાળા હોય અને પોતાની ઇચ્છાશક્તિને કામે

લગાડવાની કળાને ખીલવી શક્યા હોય તો જરૂર કેટલાક વ્યાધિમાં ઔષધની સાથે તે બહુ મદદકર્તા થઇ પડે. છતાં મારે કહેવું જોઇએ કે હીસ્ટીરીયામાં કેટલાંક ઔષધો એવાં છે કે તેઓ અચૂક સંપૂર્ણ અને સચોટ ફાયદો કરી એ વ્યાધિથી દરદીને સદાને માટે મુક્ત કરે છે.

卐

પ્રકરણ ૧૬મું
હીસ્ટીરીયાનો ઉપાય

સ્ત્રી એ પુરૂષને અમોઘ શક્તિ આપનારી શાંતિની કલકલ વહેતી અલકનંદા છે. એના પ્રવાહમાં પુરૂષ આનંદહીલોળે વહન કરતો, સંસારના ત્રિવિધિ તાપથી તપાયેલો હોય તો પણ એ વહનમાં હીમગિરિની સુખાવહ શીતળતા અનુભવે છે. જગદ-વંદનીય અને જગદજનુનીનાં વિશેષણો આપવામાં જરાએ સંકોચ ન થાય એવી સુખદુઃખભાગિની સ્ત્રી જ્યારે હીસ્ટીરીયા જેવા તન, મનને અશાંતિકારક વ્યાધિથી પીડિત હોય, ત્યારે કોણ એવો પતિ, પુત્ર કે પિતા છે કે તેના અંતઃકરણસામ્રાજ્યમાં દુઃખ ઉત્પન્ન ના થાય? સ્વર્ગની ઉર્વષીઓને પણ લજાવે એવી થોક થોક રૂપે વીંટાયેલી, પદ્મિનીનાં ગુણલક્ષણયુક્ત બાળા જ્યારે હીસ્ટીરીયાની ફીટે દેહલતાને પરાધીન કરી, પૃથ્વીશૈય્યા ઉપર કપાયેલા વૃક્ષોની ડાળી માફક દેહને પછાડતી જુએ, ત્યારે નારીના પેટે અવતરેલો નર શું અંતઃકરણના બે નિસાસા મૂક્યા વિના રહે ખરો?

હીસ્ટીરીયાનાં કારણરૂપ જેવી રીતે આધુનિક સ્વછંદતા અને સુધારો છે તેવી જ રીતે બાળલગ્ન, વૃદ્ધલગ્ન, અને કજોડાં પણ છે. આવાં લગ્નો

સમા સમાજમાં ઉંડી જડ ઘાલી બેઠેલા જૂના રીવાજોના ચાહકો હજી પાછું વાળી નથી જોતા, પરંતુ આવાં કારણોએ જ ઘણી બાળાઓનાં તન અને મનમાં હોળી પ્રગટાવેલી હોય છે, અને રાત્રિ દિવસના અસહ્ય તનમનના બોજાને પરિણામે આ વ્યાધિ જન્મ લે છે.

હીસ્ટીરીયાના અનુભવસિદ્ધ ઉપાયો લેતાં પહેલાં જો તે જે જે કારણથી ઉત્પન્ન થયો હોય તેને શોધીને તે તે કારણનો નાશ કરવામાં આવે તો મારા માનવા પ્રમાણે આ વ્યાધિનો જલ્દી અંત આવી જાય.

(૧) ગર્ભાશયની વિકૃતિ હોય તો તેને દૂર કરવી. (૨) અટકાવ બરાબર ન આવતો હોય તો અટકાવ લાવવા પ્રયાસ આદરવો. (૩) પ્રદર હોય તો પૌષ્ટિક પદાર્થો આપી, બ્રહ્મચર્ય પાળી–પળાવી તેને નાબૂદ કરવો. (૪) ઉમર થઇ જવા છતાં લગ્ન ન થયાં હોય તો તાત્કાલિક લગ્ન કરી નાંખવાં. (૫) કામવાસના તૃપ્ત થતી ન હોય, તો પતિએ પૌષ્ટિક પદાર્થો અને ઔષધોનો ઉપયોગ કરી પુરૂષાતન મેળવવું. (૬) કુટુંબ, પતિ, સાસુ કે શ્વસુર પક્ષનું અયોગ્ય દબાણ અથવા બેહુદું જીવન હોય તેને સુધારી લેવું, થોડી છુટછાટ આપવી. (૭) વિધવા–યુવાન વિધવાએ પોતાનું જીવન પ્રભુમય અને ભક્તિમય બનાવી લેઇ, સંસાર અને પંચ વિષયને નાશવંત અને તુચ્છ સમજી, મોજીલા સંસારથી વિરક્ત બનવું, અથવા તેમ ન જ બની શકે તો છેવટે સમાજ અને રૂઢીને લાત લગાવી, હિંમતભરી રીતે પુનર્લગ્ન કરી લેવું. (૮) ભજીયાં, પાતરાં, વાલ, વટાણાં, મમરા, ચવાણાં, એવા વિદાહી અને વાતકર પદાર્થો હમેશને માટે હીસ્ટીરીયાના દરદીએ ત્યાગ કરવા, તેમ જ ખાંડની બનતી મીઠાઇ, રાત્રિનું જમણ, આદિનો તથા ખૂબ ઠાંસીને ખાવાના સ્વભાવનો ત્યાગ કરવો. (૯) દસ્ત ખૂબ ખુલાસાથી આવે તે માટે કાળજી રાખવી અથવા ચાર રૂપિયાભાર હીમેજ એરંડીયામાં તળેલી, બે રૂપિઆભાર સાકર, એક રૂપિયાભાર વરીયાળી અને અરધા રૂપિયાભાર સુંઠ–એ ચારે ચીજની ફાકી બનાવી, રાત્રે સુતી વખતે

ઠંડા પાણી સાથે લેવી. દસ્ત સાફ આવશે, આંતરડાંની ગરમાઇ અને વાયુનો નાશ થશે અને પેટ હલકું બનશે. (૧૦) કરૂણારસ જેમાં વધારે હોય તેવાં પુસ્તક, મરી ગયાની પાછળના મરસીયા–છાજીયા, અકસ્માતથી થયેલો ઉલ્કાપાત કે જેથી માણસના મનમાં ધ્રાસકો પડે, લાગણી દુઃખાય, અચંબો ઉત્પન્ન થાય, હર્ષ કે શોકનો ઉભરો વધે, એવા કોઇ કાર્યમાં હીસ્ટીરીયાના દરદીએ ભાગ લેવો નહિ અથવા તેને ભાગ લેવરાવવો નહિ. (૧૧) છાતી ઉપરની ચોળી કિંવા કાંચળી કે કેડ ઉપરના ચણીયાનાં બંધન મજબૂત ન હોવાં જોઇએ. તેને ઢીલાં રાખવાં. જ્યારે અવકાશ મળે ત્યારે લાંબા શ્વાસ દિવસમાં બે ચાર વખત લેવા. મગજ ઉપર બ્રાહ્મીનું તેલ અથવા ધુપેલ કે ચોખ્ખું આંબળાનું તેલ ઘસાવવું. પગના તળીયે એરંડીયું તેલ ઘસાવવું. છાતી અને કરોડરજ્જુ ઉપર ટરપીનટાઇન કિંવા યુકેલીપ્ટસ તેલ ઘસાવવું, ગુલાબ અથવા ખસના અત્તરની ખુશબોથી મગજ બહેલાવવું. નિખાલસ હાસ્ય, વિશુદ્ધ વિનોદ, નૈસર્ગિક દૃશ્યોમાં પ્રેમથી ભાગ લેવો.

ઉપાય નં-૧ હિમાંશુ

સોનાગેરૂ તો. ૧	મોતીની પીષ્ટિ તો. ૧
ગળોસત્વ તો. ૧	રૌપ્ય ભસ્મ તો. ૧
વાંસકપુર તો. ૧	પ્રવાલ ભસ્મ તો. ૧
જસત ભસ્મ તો. ૧	સુવર્ણ ભસ્મ તો. ०।
સુવર્ણ બંગ તો. ०।।	ચંદ્રોદય તો. ०।।

ઉપરની ચીજોને સારી ખરલમાં નાંખી, સાત ભાવના તાજા આંબળાના રસની અને ત્રણ ભાવના ગુલાબજળની આપી, ઘુંટી, શીશીમાં ભરી રાખવું.

પ્રમાણ બેથી ચાર રતી દિવસમાં ત્રણ વખત, આંબળાના મુરબ્બા સાથે અથવા બ્રાહ્મીના શરબત સાથે.

ઉપાય નં. ૨: હીસ્ટીરીયાહર ચૂર્ણ

સફેદ વજ તો. ૧, પીપરીમૂળ તો. ૦ાા, માલકાંકણી તો. ૧, વાવડીંગ તો. ૩, શંખાવલીનાં મૂળની છાલ તો. ૩, સાજીખાર તો. ૧, સીધાલુણ, તો. ૧, શાહજીરૂ તો. ૧, પીંપર તો. ૧, અજમોદ તો. ૧, કાળાં મરી તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, કાળી પાટ તો. ૧, શેકેલી હીંગ તો. ૧, છાંયામાં સુકવી તૈયાર કરેલી બ્રાહ્મી તો. ૧૮, આ બધી વસ્તુને ખાંડી, બારીક વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી રાખવું. પેક બાટલીમાં ભરવું. પ્રમાણ ૪ થી ૮ રતીભાર મધ અને ઘી સાથે અથવા એકલા મધ સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત.

ઉપાય નં. ૩: યોષાપસ્માર નાશિની વટી

શુદ્ધ કુચલા, મલ્લચંદ્રોદય, કેસર, એ ત્રણે એકેક તોલો, કસ્તુરી ૦ા તોલો. બધી વસ્તુને ખરલમાં નાંખી, પાનના રસમાં મગના જેવડી ગોળી બાંધી બાટલી ભરવી. દરેક વખતે બે ગોળી પાણી સાથે લેવી.

ઉપાય નં. ૪: ગર્ભાશય શોધિની વટી

હીરાબોળ તો. ૧૦, એળીઓ તો. ૧૦, હીરાકસી તો. ૭ાા, ઇલાયચી તો. ૫, સુંઠ તો. ૫, સંચળ તો. ૧૦, એ સર્વને બારીક ખાંડી, ગુલાબના ફુલની પાંખડીમાં ગોળી વાળવી. પ્રમાણ સવાર સાંજ બબ્બે ગોળી પાણી સાથે લેવી.

ઉપાય નં. ૫: હીસ્ટીરીયાહર આસવ

બ્રાહ્મી તોલા ૮૦, શતાવરી તો. ૨૦, વિદારીકંદ તો. ૨૦, વારાહી કંદ તો. ૨૦, હરડેછાલ તો. ૨૦, વાળો તો. ૨૦, આદુ તો. ૨૦, વરીયાળી તો. ૨૦, પાણી તો. ૧૬૦૦, મધ તો. ૧૦૦, સાકર તો. ૧૦૦, ધાવડીનાં ફુલ તો. ૨૦, રેણુંક બીજ, પીંપર, વજ, આસંધ, ગળો, વાવડીંગ, નસોતર, લવીંગ, કુષ્ટ, બહેડાં, એલચી, તજ, સોનાનાં વરખ એ દરેક તોલો એક એક.

રીત—પ્રથમની આઠ દવાઓ અધકચરી બનાવી, તેમાં પાણી નાંખી કવાથ બનાવી ચતુર્થાંશ બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લઇ, તેમાં મધ તથા સાકર મેળવી, પછી તેમાં બાકીની તેર દવાઓ નાંખી દઇ તેને દોઢ માસ સુધી બરણીમાં ભરી મોઢું પેક કરી રાખી મૂકવું. પછી તેને કાઢી, ગાળી લઇ પંદર દિવસ રહેવા દઇ ઉપયોગમાં લેવું: પ્રમાણ તો. ૧ા થી ૨ા—દિવસમાં બે વખત લેવું.

ઉપયોગ અને સમજ

ગર્ભાશયની વિકૃતિના કારણે હીસ્ટીરીયા હોય તેને પ્રથમ ઉપાય નંબર ૪ ચાલુ પંદર દિવસ આપ્યા બાદ અને અટકાવ સાફ આવ્યા બાદ ઉપાય નંબર ૨ સ્હવાર સાંજ તથા ઉપાય નંબર ૫ જમ્યા પછી નિયમિત બે વખત એક મહિનો આપવું. એથી હીસ્ટીરીયા બિલકુલ નાબૂદ થઇ જશે.

શરીર નબળું પડી ગયું હોય, અશકિત વધારે હોય, મગજની અને માનસિક નિર્બળતા ઘર કરી બેઠાં હોય, વાતવાતમાં હીસ્ટીરીયાની ફીટ આવતી હોય તેને હિંમાશુ ઉપાય નં. ૧ બબે રતી સ્હવાર સાંજ, ઉપાય નંબર ૨ દર ત્રીજે દિવસે એક વખત અને જમ્યા પછી ઉપાય નંબર ૫ આપવો. એક મહિનો લાગઠ દવા સેવન કરાવવી. ફીટ ઓછી થઇ ગયા પછી અને તદ્દન બંધ થયા પછી પણ ત્રણ મહિના દવા ચાલુ રાખવી. સદાકાળને માટે આરામ થઇ જશે.

પ્રદર જેવો વ્યાધિ હોય, ધાતુ જતી હોય, ઘણાં બાળક થવાથી શરીર અશક્ત હોય અને હીસ્ટીરીયા આવતો હોય તેને ઉપાય નંબર ૩ ની ગોળી ૧ સ્હવારે, ઉપાય નંબર ૧ ની ગોળી સાંજે, ઉપાય નંબર ૨ નું ચુર્ણ બપોરે આપવું. પૌષ્ટિક ખોરાક આપવો, બ્રહ્મચર્ય પળાવવું, સૂતી વખતે ઉપાય નંબર ૫ નો એક ડોઝ આપવો. પ્રદર, હીસ્ટીરીયા અને નબળાઇ દૂર કરી, સંપૂર્ણ શક્તિ, ઓજસ અને માનસિક બળ વધી, શરીર બળવાન થશે.

કામવિકારથી અથવા ભય, શોક કે ઉન્માદમિશ્રિત હીસ્ટીરીયાવાળાને ઉપાય નંબર ૨ દિવસમાં ત્રણ વખત આપવો. જમ્યા પછી ઉપાય નંબર ૫ આપી, બે મહિના દવા ચાલુ રાખવી. જરૂર ગમે તેવો હીસ્ટીરીયા કાબૂમાં આવી, ધીમે ધીમે ફીટનો સમય ટુંકો થતો જઇ નાબૂદ થઇ જશે.

કોઇ પણ કારણ ન સમજાય તો પણ ઉપાય નં. ૧ સ્હવાર સાંજ બે બે રતી, ઉપાય નંબર ૨ બપોરે અને રાત્રે, અને ઉપાય નંબર ૫ જમ્યા પછી લાગટ બે મહિના આપવામાં આવે, તેમ જ ઋતુ આવવાના વખતે ઉપાય નંબર ૪ આઠ દિવસ લાગટ અપાય, ફીટ—આવે ત્યારે ઉપાય નંબર ૧ એક વખત અપાય અને કાળજીપૂર્વક સારવાર કરવામાં આવે તો ગમે તેવો જૂનો અને નહિ મટતો વ્યાધિ મટી, શરીર તંદુરસ્ત બની, સંપૂર્ણ નીરોગી બને છે.

ઉપરના ઉપાયો અમારા દવાખાનામાં વીશ વર્ષથી વપરાય છે. મગજનાં દર્દો, હીસ્ટીરીયા ચિત્તવિભ્રમ અને યાદશક્તિની ખામીવાળાને ઉપાયો એકથી પાંચ સુધી બરાબર નિદાન કરી બુદ્ધિપૂર્વક આપવામાં આવે છે અને પ્રભુકૃપાથી દરદીઓ સારા થઇ જાય છે, જેથી પરમ કૃપાળુ પરમાત્માનો ઉપકાર માને છે.

આ વખતે મારે જણાવી દેવું જોઇએ કે આવા વ્યાધિઓમાં દરદી અને તેમના સંબંધીઓએ ધીરજ, ખંત, શ્રદ્ધા, અને વિશ્વાસ રાખી થોડો વધારે સમય દવા લેવી જોઇએ. ચાર—છ દિવસમાં આ વ્યાધિ સારો થતો નથી. નાહક ચાર દિવસ દવાનો ઉપયોગ કરવાથી લાભ થાય નહિ, દવા બરબાદ જાય અને આયુર્વેદ તથા દેશી વૈદક કે વૈદ્યના ગૌરવને હાનિ પહોંચે. એ માટે ઉપચાર કરનાર દરદી ખંતથી વ્યાધિને મટાડવો જ છે એમ સમજી, આવા નિર્ભય ઉપાયોને કામે લગાડે તો હું ખાત્રીપૂર્વક વિશ્વાસ આપું છું કે મોટાં ઇન્જેકશનો અને મોંઘી સારવારથી નહિ મટેલા આવા વ્યાધિઓ સારા થાય છે.

卐

પ્રકરણ ૧૭મુ
મોસમી તાવ

યકૃત–લીવર અને બરોલ સંબંધે લખવાનો વિચાર આવતાં, પહેલાં એ અવયવો જેથી વિકાર પામે છે–એવા તાવ–ફીવર–સંબંધી લખવાની જરૂર જણાય છે. તાવને આપણે રોગોનો રાજા કહીએ તો પણ ચાલી શકે. કોઇક જ એવો વ્યાધિ હશે કે જેમાં એ ભાઇની પધરામણી ન થતી હોય. સામાન્ય રીતે 'લશ્કરકા ભેદ પાયા કે આગેસેં ગદ્ધા આયા'ની કહેવત મુજબ તાવ પ્રથમ નોટીસ બજાવવા વ્યાધિની શરૂઆતમાં પહેલો જ ઝબકે છે. અને આજનો મનુષ્યવર્ગ એને મારી હઠાવવાને રીવોલ્વરો, બંધુકો, છરા, કટારો અને કારતુસો લઇ યુદ્ધ આદરે છે. સામસામા મોરચા મંડાય છે. તાવ પણ પોતાના લશ્કર સાથે સર્વ સાધનોએ સજ્જ થઇ પ્રથમથી જ તૈયાર હોય છે. અને સામા પક્ષકારો પણ વૈદ કે ડાકટર રૂપી કમાન્ડરને પસંદ કરી, તેના લાવલશ્કર સાથે તૈયાર થાય છે. અને પછી જો એ તાવના સંગ્રામમાં જીત્યા તો પાછા સંસારના લ્હાવા લેવા તૈયાર અને જો હાર્યા તો સ્વર્ગની પ્રાપ્તિ.

ચરક સંહિતામાં અગ્નિવેશ પુનર્વસુને એક પ્રશ્ન કરે છે કે રોગથી મુક્ત શી રીતે રહેવાય–અર્થાત નીરોગી કેમ રહેવાય ? આના ઉત્તરમાં પુનર્વસુ મહારાજે એ કુશાગ્ર બુદ્ધિવાળા શિષ્યને બે સુંદર શ્લોકો દ્વારા આ વાત સમજાવી છે. આ રહ્યા એ બે શ્લોકો :

नरो हिताहार विहार सेवी ।
समीक्ष्यकारी विषयेप्य सक्त ॥
दाता समः सत्य परः क्षमायात ।
आप्तोपसेवी स भवत्यरोगः ॥

मतिर्वचः कर्म सुखानुबंधी ।
सत्यं विधेयं विशदा च बुद्धिः ॥
ज्ञानं तपः तत्परता च योगे ।
यस्यारि ततं नानु पतन्तिरोगाः ॥

અર્થાત્ જે માણુસનો આહાર તેમ જ વિહાર હિત છે, જોઈ વિચારીને જે કામ કરનાર છે, વિષયોમાં જેની આસક્તિ નથી, જે દાતા છે, જિતેન્દ્રિય છે, સત્ય બોલનાર છે, આપ્તોની સેવા કરનાર છે, એવા માણુસોને રોગ થતા નથી.

જેનાં મતિ, વચન કર્મ સુખાનુબંધી છે, જેનું મન પોતાના કબ્જામાં છે અથવા વશમાં છે, જેની બુદ્ધિ વિશદ છે, જે જ્ઞાનયુક્ત છે, તપસ્વી છે અને યોગમાં જેની તત્પરતા છે એવા માણુસોને રોગ થતા નથી.
(ચરક સંહિતા શા. સ્થા. અ. ૨)

આ શ્લોક છે તો આરોગ્યની ચાવી રૂપ. પણુ આ વીશમી સદીમાં એ બીલકુલ નિરૂપયોગી છે. અત્યારનો સમાજ તો કરડી નજરે પૂછે છે : 'વૈદરાજ! એ સતયુગની વાતો જવા દો. અત્યારે તો મોજ આવે એમ કરીએ, ઇચ્છા આવે એમ વરતીએ તો પણુ વ્યાધિ થાય નહિ, જુવાની જળવાઇ રહે, બુઢાપો આવે નહિ, એવો રસ્તો છે તમારી પાસે? એવો રસ્તો શોધતા નથી એટલે જ તમે પાછળ પડી રહ્યા છો! અને જો હજી પણુ મિતાહાર–વિહારની વાતો કહ્યા કરશો તો તમારી સામે કોઇ જોવાનું નથી એ યાદ રાખજો.'

એટલે અમારે તો અત્યારે જૂની આંખે નવો તમાશો જોવાનો આવ્યો છે.

હિન્દુસ્તાનના એક કાબેલ કારીગરના છોકરાએ એક રમકડાનો એવો ફક્કડ નમૂનો બનાવ્યો અને તેને એટલો મજનો ટકાઉ કર્યો કે તે બહુ લાંબા દિવસ વાપરવા છતાં, ઉપયોગ કરવા છતાં, ભાંગે-તૂટે નહિ. પોતાની એ બનાવટ ઉપર ખુશ થતા કારીગરના યુવાન પુત્રે પોતાની શોધને પોતાના પિતા પાસે રજૂ કરી. એને આશા હતી કે બાપ ખુશ ખુશ થઇને પોતાને શાબાશી આપશે. પરંતુ બન્યું એમ કે બાપે નમૂનો જોઇને ચાર તમાચા છોકરાને ચોડી કાઢયા અને વળી ઉપરથી જણાવ્યું :

'અરે અક્કલના ઇસ્કોતરા! આ તારા દાગીનાને શું કરવાનો છે? એની હિન્દુસ્તાનને જરૂર નથી, એટલું જ નહિ પણ તારા સ્વાર્થ ઉપર પણ તેં ખંભાતી તાળું લગાવ્યું છે, તેની તને સમજ પડે છે? જરા વિચાર તો કર. તારૂં આ એક રમકડું ભાંગે નહિ, તૂટે નહિ, અને એક ઘરમાં ત્રણ પેઢી સુધી પહોંચે, પછી એના કુટુંબમાંથી ફરીને તારી પાસે એ ચીજ ખરીદવા કોણ આવશે? અને તારી કમાણી તથા ધીખતો ધંધો કેમ ચાલશે? એ કરતાં તો તું એવુ રમકડું બનાવ કે જે રૂપ, રંગ, અને દેખાવમાં મોહક હોય, જોતાં વેંત તેને ખરીદવામાં મન જરાએ પાછું પડે નહિ, પણ એ ઘડીના છઠ્ઠા ભાગમાં હતું નહોતું થઇ જાય! એવાની જ આજે જરૂર છે. એની ઉપર આજ હિંદનો સમાજ મોરલી ઉપર નાગ ડોલે એમ ડોલી રહ્યો છે!'

વાત જરાએ ખોટી નથી. દેશી વૈદકની હેતુ રૂપ ચિકિત્સા અને એલોપથીની વ્યાધિ રૂપ ચિકિત્સાના એ ભેદો છે.

દેશી વૈદું વ્યાધિના મૂળ કારણને શોધી તેનો વિનાશ કરવા, હેતુરૂપ ચિકિત્સાને પ્રાધાન્ય આપે છે. વિદેશી વૈદું વ્યાધિના રૂપને મારી, દબાવી દેવા માગે છે. એક છે વૃક્ષના મૂળને ખોદી કાઢી સદંતર તેનો વિનાશ કરવાનો દાવો કરનાર. બીજો છે મૂળને કાયમ રાખી ઉપર ફુટતાં ડાળાં પાંદડાંને ખુંટી કાઢનાર. એક વધારે મહેનતથી,

પૃથ્વીમાં ઉંડા ખાડા પાડીને, મૂળને ઉચ્છેદવા પ્રયત્ન કરે છે. એટલે તેમાં થેાડેા સમય પણ વધારે લાગે છે અને થેાડી મહેનત અને ભોગ પણ એ જ પ્રમાણે વધારે આપવાનાં હાેય છે; ત્યારે બીજામાં થેાડી મહેનતે ઉપરનું સ્વરૂપ નાશ પામે છે, પરંતુ પછી ફરીને એ મૂળમાંથી વૃક્ષ ફુટે એની એમને પરવા નથી!

કારીગરને તમાચેા ખાનારા પુત્રને—વૈદ્યનેા ધીખતેા ધંધેા ચાલતેા નથી. એ બહુ મહેનતે દરદીના શરીરમાંથી વ્યાધિનાં તમામ કારણેા નાબૂદ કરે છે અને એ દરદી લાંબા દિવસ સુધી ફરી એના આંગણે ઢુંકતેા નથી. ડાક્ટર ત્રણ દિવસમાં એને સાજેસારેા બનાવી આપે છે. તે બીજા છ દિવસ તાજેમાજે ફરે છે અને ફરી એ વ્યાધિથી સપડાય છે, પુનશ્ચ હરિઃૐની માફક એના આંગણે બાંગ પેાકારે છે!

તાવની પ્રસ્તાવના લખતાં ખૂબ લાંબી ચેાડી વાતેા મેં લખી નાંખી. પરંતુ કેાઇ પણ વિવેકી વાચક જમણેા હાથ છાતી ઉપર મુકીને મારા કથનનેા હેતુ સમજપૂર્વક વિચારે તેા મારી કહેલી હકીકત તેને કાના માત્ર શીખે સાચી લાગશે.

હવે મુદ્દાની વાત વિચારીએ: તાવ કેમ આવે છે?

જેમ આવે છે તેમ, પણ તાવ આવે છે ત્યારે શરીર ટાઢામાંથી ઉનું થાય છે, તેાડફેાડ થાય છે, હાલવાચાલવાની, ખાવાપીવાની સર્વ ઇચ્છા અને શક્તિ જતી રહી પથારીમાં પડી રહેવું પડે છે. એટલે આપણે સમજીએ કે તાવ આવ્યેા. એ કેમ આવ્યેા એ જાણવાનું કામ કાંઇ દરેક માણસનું થેાડું જ છે? એ તેા શેાધી કાઢે વૈદ્ય કિંવાં ડેાક્ટર; પરંતુ જો એ શેાધતાં દરેક માણસ શીખે અને તેની એ શેાધ સાચી હેાય તેા તેા તાવ આવે જ નહિ.

એક લેખક કહે છે કે તાવ એ તેા લાલ સીમલ છે-દેાડતી ટ્રેનને અટકાવનાર નિશાન છે. પુલ ભાંગ્યેા હેાય અને સડસડાટ દેાડી જતી ગાડીને જો લાલ સીગ્નલ ન અટકાવે તેા તેની જે વલે થાય તેવી જ

વલે આપણા શરીરની થાય. જો આ તાવરૂપી લાલ સીગ્નલથી આપણે ચેતી જઇ આપણા આહાર–વિહારનું તરત જ નિયમન કરી નાંખીએ તો આપણે ગબડી પડતા અટકીએ; પણ એ સીગ્નલને ધ્યાનમાં નહિ લેતાં હાંકે રાખીએ તો ?

એ પ્રજ્ઞાનાપરાધ રૂપી પાપ કહેવાય. તાવ આવ્યો એટલે શરીરનું યંત્ર બગડયું એમ જાણવું જોઇએ. જેમ મશીનને આરામ અને સાફસુફીની જરૂર રહે છે તેમ મનુષ્યશરીર પણ આરામ અને સાફસુફી માંગે છે. જો એને અવલથી આરામમય અને સાફસુફ રાખ્યું હોત તો એ બગડી પડવાનો વખત આવત નહિ. માધવાચાર્ય કહે છે કે '**मिथ्या आहार विहाराभ्याम**' ઇત્યાદિ. મિથ્યા આહાર, વિહારથી વિકાર પામેલો વાયુ આમાશયનો આશ્રય કરી જઠરાગ્નિને હોલવી, રસમાં અને લોહીમાં મળી જઇ તાવને પેદા કરે છે.

શાસ્ત્રીય રીતે તાવ માટે જો લખવા બેસીએ તો ઘણું લાંબુ થાય. એટલે આપણે એને ત્રણ રૂપમાં વહેંચીએ:

(૧) મોસમી તાવ. (૨) સહેતુક તાવ. (૩) આગંતુક તાવ. ઉપર મુજબ ત્રણ વિભાગમાં વહેંચવાથી આયુર્વેદના આઠ પ્રકારના અને એલોપથીના અનેક પ્રકારના તાવનો સમાવેશ તેમાં થઇ જવા સંભવ છે.

મોસમી તાવ

ઋતુઓના પરિવર્તનથી મનુષ્યશરીર ઉપર જે અસર થાય છે અને તે અસરના કારણે વાત, પિત્ત અને કફના હીન, મિથ્યા ને અતિ યોગ થાય છે, તે કારણે ઋતુના સ્વભાવથી અપરિચિત રહેનાર ઉપર અને એ ઋતુમાં ખાવામાં આવતા પદાર્થો તથા વર્તનમાં મૂકવામાં આવતી ક્રિયાઓથી જે તાવ ઉત્પન્ન થાય તેને મોસમી તાવ કહેવામાં આવે છે.

દાખલા તરીકે ભાદરવો અને આશો માસ લગભગ શરદ ઋતુનો ગણાય. હવે એ શરદ ઋતુમાં પિત્તનો પ્રકોપ થયેલો હોય. એટલે જે

માણસ સમજી, વિચારી, શરદ ઋતુમાં પિત્તને વધારનાર ખોરાક અને પિત્તને ઉશ્કેરનાર વિહાર-ક્રિયાથી જાણકાર રહે તો તેને એ મોસમી તાવ આવે નહિ; છતાં જીભને વશ થઇને તે બેપરવાઇથી વર્તન કરે કિંવા ઋતુની અસરના કારણે શરીરમાં પિત્ત પ્રકોપ પામેલું હોય તેને શમન-શાન્ત કરવાને બદલે તેને પુષ્ટિ આપે, એટલે એ માણસ તાવથી પટકાયા વગર રહે નહિ. એટલે શરદ ઋતુના આહાર-વિહાર સામે રાખી, નીચે મુજબ એક સરસ કહેવત કહી શકાય :

તાવ કહે હું તુરીયામાં વસું,
ગલકું દેખી ખડખડ હસું,
દહીં, મૂળા ને ખાટી છાશ,
તેને ઘેર અમારો વાસ.

જેવી રીતે શરદ ઋતુમાં પિત્ત પ્રકોપ પામી પિત્તજ્વર (મેલેરીયા) આવે છે, એવી જ રીતે દરેક ઋતુમાં જુદાજુદા દોષો કોપેલા હોય છે, અને એને અંગે યોગ્ય આહાર વિહારના જ્ઞાનની પણ જરૂર છે. એને લઇને જ આપણાં ધર્મશાસ્ત્રોએ જુદા જુદા પ્રકારના એવા તહેવારો અને વ્રતનિયમો ગોઠવેલા છે કે કોપેલા રોગ અને દોષોનું શમન થઇ, વાત, પિત્ત અને કફ સમાનપણે સરખા ત્રાજવે રહે. આ વિષયની જો બરાબર વિચારણા કરવામાં આવે તો છ ઋતુઓ ઉપર આખો ગ્રંથ લખી શકાય. પરંતુ માત્ર દાખલા તરીકે એક જ બાબતની આપણે ચર્ચા કરીએ:

શરદ ઋતુના પિત્તની શાંતિ કરવાને માટે શરદ ઋતુની ચાંદનીનો પ્રકાશ શરીરમાં દાખલ કરવાથી આયુષ્યની વૃદ્ધિ થાય છે અને પિત્તની શાંતિ થાય છે. તેટલા સારૂ મનુષ્યમાત્રને માટે ફરજીયાત નવરાત્રિ અને શરદપુર્ણિમાના તહેવારો ઉત્પન્ન કરેલા છે. એટલે નવરાત્રિ એ દેવી (માતા)નો ઉત્સવ છે. અર્થાત્ માતાના રજથી પોષાયેલું બાળક જેમ હૃષ્ટપુષ્ટ બને છે તેમ ચંદ્ર રૂપ માતાના રજને વરસાવતી નવ-

રાત્રિની કહો કે શરદની રજની ચંદ્રના નિર્મળ રજને વરસાવી જગ-તને પોષે છે. એટલે એ ઋતુમાં સ્ત્રી પુરૂષોનાં શરીર બળવાન થાય છે અને તે શરીરને પોષવાવાળાં અન્નો, ફળો, ઔષધિઓ પણ બળ-વાન થાય છે. તે રજનીમાં વરસતા રજને મનુષ્યોનાં શરીરમાં દાખલ કરવા માટે નવરાત્રિમાં સ્ત્રી પુરૂષોને ગરબા ગાવાને તથા તે જોવાને બહાને ચંદ્રના કિરણમાં ફરવાનું ઠરાવવામાં આવ્યું છે. એથી કોઇ પણ દિવસે રાત્રે બહાર નહિ નિકળનારાં સ્ત્રી, પુરૂષો ને બાળકો આશો સુદી પડવાથી નવમી સુધી ગરબા નિમિત્તે બહાર નિકળી ચંદ્રનાં કિરણ પોતામાં ધારણ કરે છે.

અને છેલ્લે આશો સુદ પુનમ કે જે માણેકઠારી પુનમ અથવા શરદપુર્ણિમા કહેવાય છે, તે દિવસે શરદઋતુમાંથી પસાર થયેલાં મનુષ્યો આનંદથી પૌઆં અને દૂધ ખાય છે. એટલે શરીરમાં વધેલા અને બાકી રહેલા પિત્તની સંપૂર્ણ શાંતિ થાય છે. તેમાં પણ ખાસ પુનમને દિવસે દૂધને ગરમ કરી, પૌઆંને પલાળી, તે બેઉને ભેગાં કરી, ચંદ્રની ચાંદનીમાં (અજવાળામાં) ધરી રાખે છે. જેમ ચંદ્રનાં કિરણથી નદી, સરોવર વગેરેનું પાણી અંશુદક એટલે અમૃત બને છે તેમ દૂધ ને પૌઆં ચાંદનીમાં રાખી, જ્યાંસુધી ચંદ્રનાં કિરણ સીધાં આવે ત્યાંસુધી તેને ઠરવા દઇ, પછીથી ચાંદનીમાં બેસી તેનું ભક્ષણ કરવાથી શરીરની ભીતર અને બહાર અંગોઅંગમાં શીતળતા પ્રસરી, પિત્તની શાંતિ થાય છે. આવી જ રીતે આખા વરસમાં અનેક વૃત્તો અને તહેવારો હિંદુ શાસ્ત્રના નિષ્ણાતોએ આયુર્વેદની દૃષ્ટિથી પ્રચા-રમાં મૂકયાં છે. જ્યાંસુધી એ વૃત્ત નિયમો યથાર્થ રીતે કરવામાં આવતા હતા, ત્યાંસુધી આજે જોવામાં આવે છે એટલી બધી પ્રજા રોગગ્રસ્ત ન હતી; પરંતુ જ્યારથી તે વૃત્ત નિયમોને હંબગ ઠરાવી, પ્રજા સ્વેચ્છાચારી થતી ગઇ ત્યારથી અનેક વ્યાધિઓએ સામ્રાજ્ય સ્થાપ્યાં છે.

卐

પ્રકરણ ૧૮મું

તાવની મિમાંસા

આગળ જણાવવામાં આવેલા મેાસમી તાવ પિતજ્વર (મેલેરીયા)ની ઋતુ શરદ બતાવી; તેવી જ રીતે વાતજ્વર, કફ-જ્વર, અને બે દોષવાળા તાવેા, ત્રિદોષજ્વર અને સન્નિપાતજ્વર, તેમ જ સન્નિપાતના તેર પ્રકાર એ બધા ઋતુ પરત્વે શરીર ઉપર અસર કરનાર હેાવા છતાં સ્વાસ્થ્યરક્ષાના સિદ્ધાંતને સમજી પાલન કરનાર તેમાંથી બચી જવા પામે છે. ઋતુએા જેમ અસર નીપજાવે છે તેમ એ ઋતુએાના સ્વભાવને ઝીલનાર દેશ પણ છે, અવસ્થા પણ છે, કાળ પણ છે. એટલે જ દેશ, કાળ, ક્રિયા, અને ઋતુનેા ખાસ ચિકિત્સાના કાર્યમાં સમાવેશ કરવામાં આવે તેા, ચિકિત્સા જરૂર સાનુકૂળ બને છે. માત્ર એકલા શાસ્ત્રપાઠ અને એના ઉપર મદાર બાંધનારા ચિકિત્સકેા ફાવી શકતા નથી. એક ઔષધ પૂરી માત્રા (ડેાઝ)થી એક માણુસ ઉપર અસર નીપજાવે છે ત્યારે એ જ ઔષધ બીજા માણુસને એટલી માત્રાથી આપી શકાતું નથી. અને વળી ત્રીજી વ્યક્તિને એનું પ્રમાણુ વધારે આપવું પડે છે. તેનું કારણુ દેશ, કાળ, ક્રિયા અને ઋતુ છે. આપણે જાણીએ છીએ કે બૃહદ ગુજરાતમાં કેટલાક એવા પ્રદેશેા છે કે જ્યાં મેલેરીયા, શરદઋતુ સિવાય પણુ સદા-કાળ તૈયાર હેાય છે. કેટલાક એવા પ્રદેશેા છે કે જ્યાં જવાથી અમુક વ્યાધિ ઔષધ સિવાય પણુ સારા થઇ જાય છે. કેટલાંય એવાં સ્થાનેા છે કે જ્યાં વસવાટ કરવાથી શરીર અમુક વ્યાધિને યેાગ્ય ન હેાવા છતાં એ વ્યાધિ ઉદ્‌ભવે છે. એટલે કહેવાની મતલબ એ છે કે દરેક માણુસ ઋતુ કાળ, પ્રદેશ, અને ક્રિયાથી વધારે નહિ તેા પેાતાની પ્રકૃતિ સાથે સમજતેા થાય તેા તે ઘડી ઘડી વ્યાધિના વમળમાં ઘસડાતેા અટકે.

આગંતુક કારણુ સિવાય તાવ આવનાર હોય ત્યારે તો તેનાં પૂર્વ-ચિહ્ન દરેકને જણાઇ આવ્યા વગર રહેતાં નથી. ભલે એ જુદા જુદા તાવો ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારના હોય, છતાં એ સંપૂર્ણ સ્વસ્થતાથી તો જુદા જ જણાતા હોય છે; અને વળી તેનું પૂર્વ રૂપ પ્રગટે તે વખતે સાવધાન બની જાય, અને જો હાંકે ન રાખે તો દરેક માણુસ થોડા ભોગ પછી પાછો તંદુરસ્ત થઇ જાય છે. જ્યારથી આયુર્વેદની ગૌણુ અવસ્થા આવી અને અન્ય 'પથી'ઓએ સામ્રાજ્ય સ્થાપ્યાં ત્યારથી આ બાબત ઉપર લક્ષ નથી અપાતું. આયુર્વેદનું એક સૂત્ર છે કે 'लंघनम् परमौषधम्' લાંઘણુ કરવી અર્થાત ખાવું નહિ એ પરમ ઔષધ છે. નવીન જ્વરોમાં એટલે કે જીર્ણ જ્વરને બાદ કરી બધી જાતના તાવોમાં કોઇ પણુ જાતનો ખોરાક ન લેવો—ન આપવો એ પરમ ઔષધ ગણુાય છે. અને દેશી વૈદકની ચિકિત્સામાં તો પ્રથમ દરેક દરદીને લંઘન કરાવવું એ વૈદની ફરજ બતાવી છે. ખોરાક ન આપવો એટલું જ નહિ પરંતુ પાણી પીવામાં અપાય તે પણુ ઉકાળીને જ આપવું જોઇએ.

દોષોને અવલંબી, દ્વિપાદ શેષ, ત્રિપાદ શેષ અર્થાત ઉકાળવા મૂકેલા પાણીનો એક ભાગ બાળી નાંખવો, બે ભાગ બાળી નાંખવા, ત્રણુ ભાગ બાળી નાંખવા—એમ તૈયાર કરેલું જ માત્ર પાણી આપી, પ્રથમ પાંચ દિવસ, સાત દિવસ, કે અગીયાર દિવસ સુધી લંઘન કરાવી, પછી દીપન ઔષધ આપી, પછી શોધન આપી, પછી જ્વરઘ્ન ઔષધ આપવું, આવી શાસ્ત્રની આજ્ઞા છે. એ આજ્ઞા અત્યારે વૈદ્યો પણુ પાળી શકતા નથી. તેનું કારણુ જેટલી વૈદ્યોની નિર્બળતા છે, એથી વિશેષ કારણુ દરદીઓની અધિરાઇ અને ડાકટરોનો દષ્ટિભેદ છે.

જ્યારે શરીરમાં મળસંચય થાય અને એને પચાવવા શરીરને ગજા ઉપરાંત મહેનત કરવી પડે એટલે જ તાવ આવે છે. ચાર હોર્સપાવરના એંજીનને આઠ હોર્સપાવર જેટલું કામ સોંપ્યું હોય તો એ એંજીનની જે સ્થિતિ થાય એવી જ શરીરની સમજવી. હવે જ્યારે શરીર વધેલા

મળ-દોષને પચાવવા મહેનત કરી રહ્યું હોય તે વખતે તેના કામમાં આપણે નવો ખોરાક નાંખી વધારો કરીએ, એટલે પછી થાય શું? શરીરને વધેલા મળને પાચન કરવા ઉપરાંત નવો આવેલો ખોરાક પણ પચાવવો પડે. એટલી ઝડપ વધારે કરવાથી એને તપવું પડે. તેને આપણે તાવ કહીએ છીએ. ચૂલા ઉપર મૂકેલી અનાજની તપેલીની નીચે જ્યાંસુધી એ અનાજ ન ચડયું હોય ત્યાંસુધી આપણે બળતું કરીએ છીએ. એમ શરીરનો તાવ અંદરના દોષો પરિપકવ ન થાય ત્યાંસુધી જ રહે છે. એટલે તાવ આવ્યો કે આવશે એમ જણાય ત્યારે દરેક શાણા માણસે બધી જાતનો ખોરાક બંધ કરી દેવો એ સહુથી મહામૂલો અચૂક ઉપાય છે. પછી એમાં થોડાક દૂધને કે થોડી ચહાને કિંવા થોડા મોસંબીના રસને પણ સ્થાન ન જ હોવું જોઇએ. આ પ્રમાણે તદ્દન લંઘન-સંપૂર્ણ લંઘન કરનારને એના ફાયદા જણાયા સિવાય પણ રહેતા નથી. આ બાબતમાં તો પ્રજાના સેવકોએ કે સદ્દ્વૈદ્યોએ એવી યોજના કરવી જોઇએ કે મોટો એક સરસ ઘંટ રાખી, દરેક મહોલ્લે અને શેરીએ શેરીએ ફરી 'તાવના દરદી! લંઘન કરો-લાંઘણ કરો' એ વાકયોનો એટલો સરસ પ્રચાર કરવો જોઇએ કે હિંદુસ્તાનમાં આવતું અને ખપતું ત્રણ લાખ રૂપિયાનું ક્વીનાઇન એ પ્રમાણે કરવાથી બચી જાય.

કોઇ પણ માણસ પછી તે સ્રી, પુરૂષ કે બાળક હોય પણ તાવનાં ચિહ્‌ન શરૂ થતાંની સાથે ખોરાક છોડી દે તો, એ તાવ ઉદ્‌ભવતાંથી સાથે જ ઉપર જતો અટકી જાય છે. એ દરદીએ તાવના પ્રકારો જોવાની કે જાણવાની જરૂર પણ રહેતી નથી.

મનુષ્યશરીરમાં અપાન વાયુ મળને બહાર કાઢી નાંખવાનું કામ કરે છે, સમાનવાયુ ખાન અને પાનથી ઉત્પન્ન થતા પદાર્થોનો ભાગ પાડે છે, પ્રાણવાયુ શરીરમાં રહેતાં તત્ત્વોને પોષણના પદાર્થો પહોંચાડે છે. ઉદાનવાયુ હૃદયમાંથી મેધા અને બુદ્ધિ તથા વીર્યને લઇ ફેફસાંની

પાછળથી બંકનાળને રસ્તે મગજમાં રહેલી જ્ઞાનેન્દ્રિયને પોતાના ખપ જેટલો માલ રાખીને બાકીનો માલ વ્યાન વાયુને સોંપે છે. તેથી તે વ્યાન વાયુ આખા શરીરમાં રહેલા પિત્ત અને કફના જ્ઞાનતંતુને પહોંચાડે છે. જો વાયુની એ પાંચ ઓફીસ પૈકી કોઇ પણ ઓફિસનો અમલદાર બેદરકાર બને તો નીચેની ઓફિસનો માલ ખપે નહિ, અને ઉપલી ઓફિસમાં માલ પહોંચે નહિ. એટલા માટે એ પાંચ ઓફિસ છે. અને દશ ઇન્દ્રિય તે ઓફિસને અવલંબીને રહેલી છે. એટલે દશ ઇન્દ્રિયરૂપ દશ પ્રદેશને તે ઓફિસમાંથી માલ (પોષણ) પૂરો પાડવામાં આવે છે.

જે જે પ્રદેશમાં માલ ઓછો પહોંચે (હીનયોગ) અથવા જે જે પ્રદેશમાં વધારે પહોંચે (અતિયોગ) તથા જે જે પ્રદેશમાં માલ જે જે જાતનો જોઇએ તેથી બીજો જ પહોંચે (મિથ્યાયોગ) તો તે તે પ્રદેશમાં અવ્યવસ્થા થાય, તેને આપણે રોગ કહીએ છીએ. તે રોગનું ભાન કરાવનાર અને પ્રકૃતિએ કરેલા બળવાની ખબર આપનાર મન નામની અગીઆરમી ઇન્દ્રિય છે. દરેક ઓફિસમાં દલાલીનું કામ કરી કયા કયા માલની ખોટ છે, કયાં કયો માલ ખપ્યો નથી અને કયાં કયો માલ બદલાયો છે, તેની તપાસ રાખીને તે અંતઃકરણની ઓફિસમાં રીપોર્ટ કરે છે. એટલે તે રીપોર્ટથી અંતઃકરણમાં રહેલા જીવાત્માને તેનું ભાન થાય છે. જીવાત્માના ઇચ્છા, દ્વેષ, પ્રયત્ન, સુખ, જ્ઞાન એ સ્વાભાવિક ગુણો હોવાથી અંતઃકરણના કાર્યને વશ થઇ મનના આવેલા રીપોર્ટ ઉપર ઇચ્છા તથા દ્વેષનો હુકમ મોકલતા પહેલાં તે પ્રયત્નવાન થાય છે. જો તે પ્રયત્નમાં નિષ્ફળતા થાય તો તેને દુઃખ થાય છે અને સફળતા મળે તો તેને સુખ થાય છે, અને એ સુખ તથા દુઃખ પોતાના જ્ઞાનસ્વભાવને લીધે જાણી શકે છે. આટલા ઉપરથી આપણે એટલે સુધી સમજી શકયા કે સમાન વાયુ દરેક વસ્તુના સરખા ભાગ પાડી તે ભાગને જ્યાં મોકલવા હોય ત્યાં મોકલી શકે છે, અને તે ભાગ પાડતાં અથવા તેને ગાળતાં જે કચરો પડે તેને અપાન વાયુ બહાર ફેંકી દે છે.

મનુષ્ય પ્રાણીઓ પાંચ તત્ત્વથી બનેલા ત્રણ ગુણવાળા અને છ રસમાં વહેંચાયેલા અગ્નિ અને સોમ એવા બે વીર્યવાળા પદાર્થોને ખાન અને પાનમાં વાપરે છે. તે ખાનપાનના પદાર્થોમાંથી શરીરના પોષણને માટે સાતે ધાતુ બની શકે છે. એવા ઉપયોગી ભાગને સમાન વાયુ અપાન વાયુ તરફ મોકલી આપે છે અને તેમાંથી રહેલા મળ તે અપાનવાયુને સોંપી દે છે. એટલે અપાનવાયુ તે મળના કચરાને શરીરની બહાર કાઢી નાંખે છે.

હવે આપણે એ વિષય ઉપર આવી ચૂકયા કે જો અપાન વાયુ કચરાને બરાબર વખતસર બહાર ફેંકી ન દે અને પોતાના કાર્યમાં સુસ્તી કરે તો મળાશયમાં મળનો સંચય થાય. એટલે સમાન વાયુમાંથી અર્થાત પકવાશયમાંથી આવતો મળ (કચરો) લઇ શકે નહિ. તેથી સમાનવાયુમાં કચરાની સીલીક વધતી જાય અને તે કચરો મળાશયમાં નહિ પહોંચતાં આમાશયમાં રહે ત્યાંસુધી તે 'આમ'ના નામે ઓળખાય. હવે એ આમને નામે ઓળખાતો મળ જ્યારે મળાશયમાં જાય છે ત્યારે તે પાકો મળ જેને આપણે મળ–મૂત્રના નામે ઓળખીએ છીએ તે બને છે, અને આમાશયમાં રહેલો મળ આમના નામથી ઓળખાઇ, આમાશયમાં રહેલ વાયુ, પિત્ત અને કફને દુષિત કરે છે, જેથી આમાશયમાં રહેલા દોષ પકવાશયમાં આવી સમાન વાયુની વ્યવસ્થામાં ખલેલ ઉભી કરે છે. એટલે પકવાશયનો સમાનવાયુ અપાનવાયુએ મોકલેલા ખાનપાનને ગ્રહણ કરવા રાજી નહિ હોવાથી તે ઉદાનવાયુ ઉપર સંદેશો મોકલે છે કે જ્યાંસુધી મને જરૂર નહિ જણાય ત્યાં સુધી તમારે માલ મોકલવો નહિ. એટલે ઉદાનવાયુ પોતાની ઓફીસમાં રહેલા રસન નામના કફને હુકમ કરે છે. એટલે રસન કફ ખાન અને પાનના પદાર્થો લેવાનું કામ બંધ કરે છે, જેને આપણે ભાવતું નથી અથવા રૂચી નથી એવા નામથી ઓળખીએ છીએ.

આ તરફથી રસન કફ ઉદાનવાયુના હુકમથી માલ લેવાનો બંધ કરે છે છતાં અપાનવાયુ આળસ કરીને પોતાનું કામ બરાબર બજાવે નહિ તો પક્વાશયમાં રહેલો સમાનવાયુ પાચક પિત્તને-આમાશયમાં રહેલા આમરૂપી મળને પચાવવાનો હુકમ કરે છે, જેથી આમને પચાવતાં જે સમાનવાયુને અને પાચક પિત્તને વધારાનું જોર કાઢવું પડે છે તેથી માણસનું શરીર ગરમ થાય છે, જેને આપણે તાવના નામથી ઓળખીએ છીએ. એટલે જે જે ઓફીસમાં ભાગ વધેલો હોય અને જેનું જોર વધારે હોય તેવી જાતનો તાવ કહી શકાય છે. વસ્તુતઃ તાવ એક જ પ્રકારનો હોવા છતાં ઉપરનાં કારણોને લઇ તેના આઠ ભેદ પડેલા છે.

અજીર્ણ અને કબજીયાતથી શરીર નબળું પડેલું હોય તે વખતે કાંઇ મહેનત કરતાં વધુ થાક લાગી જાય અને તાવ આવી જાય છે. આ તાવને વાયુનો તાવ કહે છે. તેમાં તાવની ગરમી ઓછી વધતી, ગળું, હોઠ, મોઢું સુકાય છે અને અંગો દુઃખે છે. લુખા, કડવા અને તુરા પદાર્થો તેમ જ પોષણ નહિ મળવાને કારણે પણ આ તાવ આવે છે. આ તાવ વિશેષે કરીને વાયુ પ્રકૃતિવાળાને વર્ષાઋતુમાં આવે છે.

તડકો લાગવાથી શરદ તથા ગ્રીષ્મ ઋતુનો તાવ પિત્તનો વધારો થવાથી આવે છે, ખાટા, ખારા અને તીખા ખોરાકથી પણ આવે છે. પિત્ત પ્રકૃતિવાળાને ખાસ કરીને આ તાવ આવે છે. આ તાવનો ખૂબ જોશ હોય છે. સાથે ઉલટી અને ઝાડા પણ થાય છે. આ તાવમાંથી વિષમ જ્વર (મુદતીયા તાવ) પ્રગટે છે. નેત્ર, મૂખ, પીળાં થાય છે.

ઠંડી હવા, પીણાં, વગેરેથી શરદીના કારણે કફનો તાવ આવે છે. વસંત ઋતુમાં જ્યારે દિવસે ગરમી અને રાત્રે ઠંડી લાગે છે ત્યારે ખૂલ્લામાં સુનારને શરદી લાગી જાય છે. તેમ શરદ ઋતુમાં પણ શરદી લાગે છે ત્યારે સવારે ઉઠતાં અવયવો અકડાઇ ગયેલાં અને માથું ભારે લાગે છે, સળેખમ થાય છે, આળસ આવે છે. જો કફકર પદાર્થો

થોડા દિવસ પહેલાં લેવાએલા હોય તો તેની વધુ અસર થાય છે અને છાતી કફથી જકડાઇ જાય છે. આમાંથી સન્નિપાત (ન્યુમોનીયા) જેવા રોગ ઉદ્‌ભવે છે.

તાવ કેમ આવે છે, શરીરની વાયુ, પિત્ત અને કફની ઓછીસમાં કંઇ જાતની ગરબડ ઉત્પન્ન થાય છે, વગેરે બાબત આપણે સમજ્યા. હવે આગળ વિષમ જ્વરના પ્રકારો અને તેના ઉપચારો લખીશું.

卐

પ્રકરણ ૧૯મું
જટીલ ઉપાય

જીવનની જરૂરીઆતોનાં સાધનોમાં વૈદ્યો અને ડોકટરો એ પણ અત્યારની દુનિયામાં એક મહાન અને ન ચલાવી શકાય એવું અત્યંત જરૂરી સાધન ગણાય છે. ન કરે નારાયણ અને એક પળ એવી આવે કે જેમાં એક પણ વૈદ્ય કે ડોકટર પૃથ્વીના પડ ઉપર ન હોય તો આ દુનિયા જીવી શકે, જીવતી રહી શકે કે કેમ, એ પણ એક પ્રશ્ન અને વિચારવા જેવો કોયડો થઇ પડયો છે! દિવસ ઉગ્યા વગર રહે કે વૈદ્ય ડોકટરના ઉંબરા ઘસ્યા વગર રહે, એવાં પણ આજ કુટુંબો-સેંકડો નહિ બલકે હજારો મળી આવશે. ખાઓ દવા, પીઓ દવા, દવા, દવા ને દવા! જાણે દવા ઉપર કે દવાથી જ જીવવાનો જમાનો આવ્યો છે! ઓ મારા પ્રભુ! તમે એક લટાર મારવા નિકળો, તો ભરબજારમાં દર ત્રીજી દુકાન ઔષધાલય અને ડીસ્પેન્સરીની જ હોય! ખબર નથી પડતી કે આ દુનિયા ક્યાં જઇને અટકશે અને ક્યાંથી પાછી આવશે?

લોકો વ્યાધિ થાય તેનાં કારણો જાણવા માટે જેટલા ઢીલા છે, તેટલા જ તે થયા પછી તેને મટાડવા માટે ઉતાવળા છે. આજે છ મહિનાનો વ્યાધિ છ કલાકમાં જો કોઇ મટાડી આપતું હોય તો તેને માટે શરીર, ધન અને ધર્મનો ભોગ આપવા જરાએ આનાકાની કરે તેમ નથી. આ છે મારી હિંદની પ્રજા!

જરા તાવ આવ્યો કે ઉપડયા હાથમાં બાટલી પકડીને. આજે કોઇ કહેનાર નથી: ભાઇ! ખામોશ–સબુર! આમાં દોડાદોડ શાની, બાવા? જરા ઉપવાસ કરી નાંખો, ગટર સાફ કરી લ્યો, જરા સુવા, સંચળ કે અજમો ફાકો અને ધીરજ રાખો. આવા નજીવા તાવમાં બિચારા સુખપૂર્વક બેઠેલા વૈદ્યો કે ડોકટરને તકલીફ શા માટે આપો છો? તમે પોતે પણ જાણો છો કે આ તાવ આવ્યો તેનું કારણ તમે જ ઉપજાવ્યું છે. એટલે એને દૂર કરવામાં તમે પોતે જેટલા સફળ નીવડશો એટલા એ બિચારા ચિકિત્સકો નહિ જ નીવડે. તમારી નાડી એ તમારી છે અને એમને માટે તો તે પારકી નાડી છે. તમે તમારી પ્રકૃતિને સમજી શકો એટલી તમારી તાસીર એ નહિ સમજી શકે, અને બકરૂં કાઢતાં ઉંટીયું ઘુસી જશે તો તમે ત્રણ દિવસમાં સાજા થવાના છો, તેને ખાસ્સા તેર દિવસ જશે. અને ત્રણ દિવસના તેર દિવસ કેવી રીતે કરવા એ તો એમને આવડે જ! કારણ કે હવે તો દરરોજની ફી ચઢે ખરી ને! અને ફીનો જમાનો એટલે બહુતાંતર બળીયું!

કોઇ કહેશે કે 'વૈદ્યરાજ! તમે તો વૈદ્ય ડાકટરો ઉપર આ રીતે આક્ષેપ કરો છો! શું એ લોકો જાણી જોઇને, ફીની ખાતર દિવસો લંબાવતા હશે?'

હું પણ એ જ કહું છું કે એમ બને કેમ? પણ ભાઇ! આજના સંજોગો ને ખરચાને પહોંચી વળવા, દરેક ધંધાદારીએ શક્ય એટલા બધાયે ઉપાયો અજમાવવા પડે છે. અને દરદી એ તો વૈદ્યોનું દુઝણું.

એને કાંઇ એમ જલદી વસુકી જવા દેવાય ખરૂં ? પછી છોકરાં છાશ શેમાંથી ખાય ?

વારૂ, એક વખત હું બપોરના વખતે જમી પરવારી, દવાખાનાના કામથી મુક્ત થઇ, થોડો આરામ લેવાના વિચારે ગાદી ઉપરથી ઉઠયો કે બે ત્રણ રબારી (જંગલમાં ગાયો ચારનાર) મારી પાસે આવ્યા અને તેમણે કહ્યું કે : 'વૈદ્યરાજ ! તમને બહાર ગામ લઇ જવા છે. અમારો સગો બહુ માંદો થયો છે. એટલે અત્યારે તમારે આવવું પડશે. અહીંથી સાત ગાઉ દૂર સરતાનપર ગામે જવાનું છે. અમે ઉંટ તૈયાર કરીને લાવ્યા છીએ. એટલે દવાની પેટી લઇ લ્યો. સાથે ઓલી રબરની નળી પણ લેજો—છાતી ઉપર મૂકવાની. તમારી ફીથી અમે બે રૂપીઆ વધારે આપીશું, પણ જવું તો અત્યારે જ પડશે.'

વૈશાખ મહિનાનો ધોમ તાપ, ઉંટની સવારી અને ચૌદ માઇલની સતત મુસાફરી, એ જરા હાથીના કુમ્ભસ્થળ ઉપરથી મધ ચાટવા જેવું હતું. પણ ફીમાં બે રૂપીઆનો વધારો અને ઓળખીતા રબારીઓનો આગ્રહ, એટલે મને ગલીપચી થઇ અને અમે ઉપડયા.

સાંજના પાંચ વાગ્યાના સુમારે સરતાનપર પહોંચ્યા. ગામ બહુ જ ન્હાનું, પણ એથીયે એની વિશેષતા એ હતી કે ગામમાં કેવળ રબારી સિવાય કોઇ રહે જ નહિ. ત્રીશ ચાલીશ ઘર, બધા જ રબારી અને બધા માલધારી. દરેક માલધારીને ત્યાં સો બસો ગાયો, પચાસ સો ભેંસો, હજાર દોઢ હજાર બકરાં—ઘેટાં. આ જનાવરોને મરદો દિવસે જંગલમાં ચરાવી લાવે, સાંજે ગામ ઉપર આવે, પછી સ્ત્રીઓ તેને દોવે, તેનું દૂધ, ઘી, છાશ બનાવે, બાજુનાં ગામોમાં વેચે અને એથી એ આનંદ ભોગવે. કળીયુગમાં જાણે નાનું સરીખું ગોકુળ. ત્યાં ન મળે તાર, ટપાલ કે રેલ્વે; ન મળે નિશાળ કે દુકાન; વેપારી કે વાણીજ્ય. કેવળ જાનવર અને તેના માલિક. મને પણ

વિચાર એ થયેા કે, આવી જગ્યાએ રેાગ કેમ આવ્યેા અને મને કેમ અહીં લાવ્યેા ?

બાબત એમ બનેલી કે મને તેડી લાવનાર દરદીનેા સાસરેા એ દવા અને વૈદ્યોથી રંગાયેલેા. અને એણે દીકરી પ્રત્યેના પ્રેમની ખાતર મારી પધરામણી અહીં કરેલી. બાકી દરદી કે દરદીના ગામના લેાકેા મારા માટે તૈયાર હશે કે કેમ એ મને ત્યાં ગયા પછી જ જણાયું. રબારીએા રબારી સાથે મળી ગયા. માત્ર હું એકલેા અટુલેા તુવેરદાળમાં તરીયેા જુદેા પડે તેમ ઉજળા લુગડાવાળેા જુદેા પડયેા. મને જુદેા જોઇને તેના ઘરના એ ચાર ચેાકીઆતેા (કુતરાએા)થી તે ન સંખાયું, અને મારૂં સ્વાગત કરવા તેએા ચારે તરફથી છૂટયા. પરંતુ કેાઇ સારા શુકનમાં અમારાં પગરણ થયેલાં કે મારા સાથીદારેાએ મને બચાવી લીધેા. નહિતર એ ચાર સિંહને પણ ભુલાવે એવા જવાંમર્દ કુતરાએાના ભાગમાં હું પૂરેા પણ પડત નહિ.

આછા કાટવાળાથી માળેલા મકાનની અંદર દરદીને ચારપાઇ ઉપર સુવાડી પાંચ પચીશ માણસેા આજુબાજુ બેસી રહેલા. અમે અંદર દાખલ થયા. મારેા સરંજામ એક બાજુ મૂકી, દરદી પાસે અમે ગયા. દરદી હતેા તેા સાવધાન અવસ્થામાં, પણ તાવ તેા તલ મૂકે અને તૂટી જાય તેવેા, તથા શ્વાસ જોરથી ચાલે, આંખેા લાલચેાળ જેવી. પૂરા સાડાચાર હાથ લાંબી કાયાવાળેા, પડછંદ જેવેા, જેના ચાલવાથી ધરતી ધમધમે અને જેની એક હાકલથી મદમાં મસ્ત હાથણીએાને શરમાવે તેવી ભેંશેા અને ટેાળાબંધી ગાયેા પણ પાછી વળે, એવેા એ ફૂટતેા જવાન આજે પરાધીન અવસ્થાથી–રેાગથી ઘેરાયેલેા, શ્વાસેાચ્છવાસ લેતેા પડેલેા જોઇ મને આ હિંદમાં રહેનાર અણસમજુ વ્યાધિએાને પણ થેાડું કહી દેવાનું મન થયું.

દરદીને તપાસવાથી વાતકફજ્વર મને જણાયેા, કફ સૂકાઇ ગયેલેા અને પાંચ દિવસથી ઝાડેા પણ નહિ થયેલેા. એટલે બન્ને છૂટા થાય

તો ઠીક એમ સમજી દવાની પેટી મેં ખોલી અને હું દવા આપવા પડીકાં તૈયાર કરવા લાગ્યો. એ વખતે મારી સાથે આવેલો દરદીનો સસરો અંદરથી મારી પાસે આવી કહેવા લાગ્યો: 'વૈદ્યરાજ! હમણાં તમે દવા મેળવશો નહિ, કારણ કે આ લોકોએ બીજા એક અહીં બાજુના ગામમાં કોળી વૈદ્ય રહે છે તેને તેડવા માણસ મોકલ્યું છે. એ દવા અમારા લોકોની કરે છે, અને એના ઉપર બધાને શ્રદ્ધા છે, એટલે તમારી દવા લેવા નારાજ છે. માટે આપણે હમણાં એના આવતાં સુધી કાંઇ ન કરવું જોઇએ.' મેં કહ્યું: 'ચાલો ઠીક, એક વૈદ્યરાજની મુલાકાત વધારે થશે અને એમના સહવાસે મારી બુદ્ધિમાં વધારો થશે!'

અરધા કલાક પછી એ વૈદ્યરાજ આવ્યા. 'વૈદ્ય આવ્યા, વૈદ્ય આવ્યા'ની બૂમો સાંભળીને જ હું જાણી શક્યો કે એ ભાઇ વૈદ્ય હશે. બાકી રબારીઓમાં અને એનામાં જરાએ ફેર ન મળે. તેમ તેની પાસે નહિ દવા કે પેટી, કિંવા સાધન કે કાંઇ પણ. એ આવ્યો અને એણે દરદીના ખાટલા પાસે જઇ દરદીનું પેટ જોઇ લીધું. બાકી નાડ જોવાની એ ભાઇને જરૂર ન લાગી. પછી એણે ઉપચારની શરૂઆત કરી. તેણે કહ્યું : 'આડ કરો.' જાણે એની ભાષામાં આ લોકો બહુ સારૂં સમજતા હોય તેમ બધા કામે લાગી ગયા અને મારે તો બેઠાં બેઠાં જોયા જ કરવાનું હતું.

લગભગ એક ગાડું ભરીને છાણાં લાવી ફળીયામાં લાંબાં ખડકવામાં આવ્યાં અને એની અંદર કોઠીનાં પડીયાં (કાઠિયાવાડમાં છાણ અને માટી ભેગાં કરી તેની પીપના ઘાટની દાણા ભરવાની કોઠીઓ બનાવે છે. તેને અગ્નિ લાગતો નથી તેમ જ તે જલદી ભાંગતી પણ નથી.) મૂકવામાં આવ્યાં અને એ છાણાંને ચારે તરફથી સળગાવવામાં આવ્યાં. બરાબર ચારે તરફ અગ્નિ સળગાવ્યો અને હોળીની માફક જ્વાળાઓ છૂટવા લાગી એટલે દરદીને અંદરથી ચાર મજબૂત માણસો પકડીને બહાર લાવ્યા અને સળગતા અગ્નિ પાસે તેને બેસાડવામાં આવ્યો.

તેને અવળો સવળો શેકવા માંડયો. એક તો વૈશાખ મહિનો, બીજું ચાર ડીગ્રી જેટલો તાવ, ત્રીજું અગ્નિની સમીપ આવા દરદીને બેસારવાની આ જટીલ ક્રિયા મને તો પ્રાણનાશક સમી જણાઇ. મને લાગ્યું કે જરૂર દરદી હવે થોડા કલાકમાં ત્રિદોષનો ભોગ થઇ, રામશરણ થઇ જશે. પણ મારા વિચારો સાંભળવા, કોઇ મારી પાસે જ નહોતું. તેમ મારાથી આસન છોડી બહાર પણ નિકળાય તેમ નહોતું. મારી સામે તીક્ષ્ણ નજરથી રબારીના કુતરાઓ ચોકી ભર્યા જ કરતા હતા, એટલે મારે ગુપચુપ બેસી રહેવાનું હતું.

તાવથી તતડતો અને અગ્નિ ઉપર શેકાતો દરદી, લોઢાના તવામાં ધાણી ફોડવા મૂકેલા જુવારના દાણાની માફક ઉછળતો અને બાજુમાં ઉભેલા જુવાનો એને જોરથી પકડી રાખતા. આ ક્રિયા અરધો કલાક કર્યા પછી દરદીને અંદર લઇ જઇ કાંઇ પણ પાથર્યા વગરના ખાટલા ઉપર સુવારવામાં આવ્યો અને ખાટલા નીચે ત્રણ મણ પાણી માય તેવાં માટીનાં કુંડાં મૂકી અંદર છાશ ભરવામાં આવી. અને બહાર છાણાં સળગતાં હતાં તેમાં કોડીનાં પડ મૂકવામાં આવેલાં તે લાવી ખાટલાની નીચે છાશનાં કુંડામાં નાંખ્યાં, દરદીને ઉપરથી ગરમ કામળો અને બે ગોદડાં ઓઢાડી, ઉપર બે ચાર આદમી દબાવી બેઠા, ધખધખતાં કોડીનાં પડ છાશમાં પડવાની સાથે અંદરથી સખત વરાળ નિકળીને ખાટલાની તળેથી દરદીને લાગવા માંડી અને દરદી બરાડા પાડી, ખાટલો છોડી બહાર નિકળવા ધમપછાડા કરવા લાગ્યો, પણ ઉપરથી ચારે જણે બરાબર દબાવી રાખેલો એટલે એને એ પ્રાણહારક કષ્ટ સહન કરવાનું હતું અને મારે નરી આંખે આ અખતરો જોવાનો હતો.

એક બાજુ આ ક્રિયા દરદીને માટે ચાલતી હતી ત્યારે બીજી બાજુ વૈદ્યરાજ બીજા કામમાં પડેલા. એમણે જ્યાં બકરાં બેસે તે જગ્યાની બશેર જેટલી, જમીનમાંથી માટી ખોદી કઢાવી એક ઠીબમાં મંગાવી, અંદર માટી જેટલી બકરાની લીંડીઓ ખાંડીને નંખાવી અને

પછી પાંચ સાત મરદોને તેની અંદર નાડાછોડ કરવા કહ્યું ! બાદ એ ઠીબને અગ્નિ ઉપર મૂકી ખદખદાવવામાં આવી અને જ્યારે ધાટું લેપ જેવું તૈયાર થયું ત્યારે તેને અંદર લઇ ગયા.

તેટલી વખતમાં તો દરદીને છાશનો આપવામાં આવેલો બાફ પૂરો થયેલો, અને ઉપરથી ગોદડાં કાઢી નાંખી દરદીને ખૂલ્લો કરવામાં આવ્યો. પણ પછી મેં શું જોયું ? દરદી બેભાન હતો. શરીરમાંથી પસીનો જળધારાની માફક ચાલ્યો જતો હતો. મને લાગ્યું કે દરદી હવે થોડા વખતમાં ખલાસ થઇ જશે. આવી રાક્ષસી ક્રિયા અને વૈદું મનુષ્ય ઉપર તે હોય ? આવા તાવમાં તો બરફ મૂકવાનો હોય, બરફ ઘસવાનો હોય, અને મોસંબી, સોડા, લેમન કે ફ્રુટસોલ્ટ આપવાં જોઇએ. એ મારા વિચારોને ઝીલનાર કોઇ ન મળે. એટલે મારે તો એને ઘુંટીને પી જવાના હતા. હવે દરદીને પેલી માટી અને લીંડીઓનો તૈયાર કરેલ લેપ પેટ ઉપર તથા છાતી ઉપર ભરવામાં આવ્યો. ઉપર આકડાનાં પાંદડાં મૂકી ધીમો શેક કરવાનું કહી વૈદ્યરાજ બહાર આવીને મારી પાસે બેઠા અને અમે વાતે વળગ્યા.

卐

પ્રકરણ ૨૦મું

તાવના પ્રકાર અને ઉપાય

એક હતો સુશિક્ષિત પદ્ધતિસરનો વૈદ્ય, જ્યારે બીજો હતો નિરક્ષર શાસ્ત્રજ્ઞાનરહીત બીનકેળવાયેલો વૈદ્ય ! એમ છતાં બેઉ વૈદ્યોમાં અત્યારે મારા કરતાં એ કોળી ભાઇનું સ્થાન ઉંચું હતું; કારણ કે તેમની ચિકિત્સા માંદગીના બિછાને પડેલા ગોવાળને ઉપયોગી થઇ પડી હતી. એ ભાઇએ એ જાતિના આવા અનેક કેસો સુધારેલા હતા. ત્યાં મારા જેવા વૈદ્ય ડોકટરો જતા નહિ, જવાની

જરૂર નહોતી, કારણ કે એ પ્રજાની નાડ–નિદાન જેટલો એ કોળી વૈદ્ય જાણી–સમજી શકતો હતો, તેટલો કોઇ પણ ભણેલ–ગણેલ વૈદ્ય નહોતો પિછાનતો. મારી પાસે એ આવીને બેઠા પછી મેં જ પ્રશ્ન કર્યો: ' ભાઇ ! તમારૂં નામ ? ' ભાઇનું નામ હતું સબળો. એની પચાસ વર્ષે પહોંચેલી કાયા પડછંદ જેવી, સ્નાયુ જાણે લોઢાની સાંકળ, છતાં બુદ્ધિની વિશેષતાએ તેનું કપાળ કરચલી રહીત હતું. લલાટરાશી બતાવતી હતી કે આ બુદ્ધિને જો સરસ્વતિની ઉપાસના મળી હોત તો એ જગતનો નાચીજ સેવક આથી પણ કોઇ અણમોલ સેવા કરી શકત.

મેં કહ્યું: 'સબળા ! આ સુતેલા દરદીને તેં કીયો વ્યાધિ પારખ્યો ? અને આ કેવી જાતની દવા શરૂ કરી કે એ દરદી બેહોશ બની ગયો છે ? '

સબળો ઘણા આનંદથી વાતે વળ્યો. એણે કહ્યું: ' ભાઇસાબ ! અમે કાંઇ થોડા ભણ્યા ગણ્યા છી, કે પાટી ઉપર ધૂળ નાંખી છે ? તમારા ઉજળા લોકોની માફક મડદાં ચીરીને કેવી રીતે નક્કી કરીએ ? જુવો, બાપા ! આ રબારી જુવાન માણસ છે. આણે તાજી વીયાયેલી ભેંશનું ખીરૂં (દૂધ) પીધું અને તેની બળી ખાધી. જો એ ખાધા પછી ઉપર પાણી નો પીવે તો કોઇ વાંધો નહિ, પણ તરત એણે પાણી પીધું. એટલે એ કાચું દૂધ એના પેટમાં જમાવ કરી ગયું અને એને ટાઢીયો આવ્યો, પેટ અને છાતી જડાઇ ગીયાં. આ માલધારીઓ જ્યારે આમ માંદા પડે ત્યારે હું એને કળી લઉં અને દવા કરૂં એટલે એ સાજા થાય. એમને મારા ઉપર ભરૂંહો અને મને માલિક–ધણીનો વશવાસ કે હું પાછો ન પડું. બાકી આ લોકો તો વગડાઉ માણહ. ટાઢ, તડકો અને વરસાદની ઝપટું સહન કરી શકે. એમનાં શરીર તો ઘોડાછાપની ગજવેલ જેવાં. એમને તો ઉનો વાયે નો વાય. બાજરીના રોટલા અને ગાયું બકરીયુંના આંચળની શેડયો પરબારી મોઢામાં ઝીલે, બાપા ! એમને રોગ થાવા કેવા હોય ? મગ ભરે એવા એ શરીરમાં

જ્યારે આવા રોગ થાય ત્યારે તમારી મગ બાજરીના દાણા જેવી ગોળીયું આવા બખતર શરીરમાં શું કાર કરે? મને ખબર છે કે તમે બહુ મોટા વૈદ્ય છો અને આની દવા કરવાને આવ્યા છો, પરંતુ તમારી દવા એને જો આપી હોત તોપણ નકામી હતી, કારણ કે કઢી કરવી હોય ત્યારે ઘોળી છાશ કામ આવે, કાંઇ દૂધની કઢી થાય? એમ આ વનવગડામાં પહાડ પત્થરા સાથે દિવસો કાઢનાર ગોવાળોના રોગ અમે જ પારખીએ. તેમાં તમારૂં જરીકે કામ નહિ. હવે જુવો, મેં આ રબારીને જે દવા કરી તેની વાત હું તમને કરૂં. આને પેટમાં કાચું દૂધ જામી ગીયું હતું અને છાતી જડાઇ ગઇ હતી, એટલે એને ખૂબ તપાડયો અને બફારો આપ્યો. એથી એ દૂધ ઓગળી જશે અને ઝેર પરસેવાથી બારૂં નિકળશે. તેમજ મેં ભોંયરાને તથા બકરીની લીંડી અને મનુષ્યના પેશાબને ભેગા કરી લેપ કર્યો છે. તેથી થોડા વખતમાં એને કળશાયો થશે અને રોગ બધો બારો નિકળી જશે. બાકી બેભાન તો ભલે થયો. એને આડો લાગ્યો છે પણ થોડા વખતમાં એ ભાનમાં આવશે. હવે બહુ વાર નથી. આપણે ભેગા જ છીએ.'

અમે વાતો કરતા હતા તેટલામાં જ દરદીએ ભાનમાં આવી હાજત જવાની મરજી જણાવી. એને બહાર બેસાડવામાં આવ્યો. ગંઠાઇ ગયેલો મળ ચાર રતલ જેટલો થયો અને એને ફરી ખાટલામાં નાંખવામાં આવ્યો.

શરીર તપાસતાં હવે તાવ નહોતો! માત્ર નબળાઇ અને બેભાન અવસ્થા હતી. તેને થોડો બાજરીનો કાઢો આપ્યો. રાત્રિના બે વાગે એ દરદી સતેજ થયો અને વાતો કરવા લાગ્યો. અમે પણ ત્યાંથી ઘર ભણી વિદાય થયા. મારી ફી મને આપી દેવામાં આવી હતી. દવા તો પેલા કાળી વૈદની લીધી અને ફી મેં લીધી! નિદાન તો અમારા બેઉનું સરખું હતું. માત્ર ચિકિત્સાનો ભેદ ખરો. સબળાભાઇએ જે રસ્તો લીધો એ રસ્તે હું ન જઇ શકું. મારો રસ્તો એથી જુદો હતો.

છતાં હેતુ તો એક જ. અમે પણ બાફ, તપારો વગેરે દરદીને આપીએ છીએ. પણ એના પ્રકારો જુદા હોય છે. આ સાચી નજરે જોયેલી ઘટના એ વાતને વધુ મજબૂત બનાવે છે કે દેશ, કાળ, સમય, અવસ્થા અને સ્થાન પરત્વે તાવનાં નિદાન કરવાં પડે છે.

હવે આપણે તાવના ઉપચારોનો વિચાર કરીએ. આજકાલ બધી જાતના વિષમ જ્વરો, મેલેરીયા, આદિ તાવોને રોકવા માટે અને નાબૂદ કરવા માટે મહાન ઔષધ તરીકે 'કવીનાઇન' ઘર કરી બેઠું છે. હવે તો મેલેરીયા સિવાયના તાવોમાં અને જીર્ણજ્વર કે ક્ષયના તાવોમાં પણ કવીનાઇનનો છૂટથી ઉપયોગ થાય છે! ડોકટરોની વાત બાજુ ઉપર રાખીએ તો દેશી ઔષધના ઉપાસકો—વૈદ્યો પણ 'કવીનાઇન' વાપરે છે. વેપારીઓ એગ્યુમીક્ષ્ચર બનાવી વેચે છે. ગાંધીઓ નવા નવા રૂપ લેબાશની ગોળીઓ બનાવી પેટંટ કરે છે. પણ તાવની સાથે કવીનાઇનની એવી છેડાછેડી બંધાઇ ગઇ છે કે તે કોઇથી છૂટે તેવી નથી.

અમારા વૈદ્ય સંપ્રદાયમાં એક વર્ગ એવો પણ છે અને તે માને છે કે દેશી ચિકિત્સામાં એક પણ વિદેશી ઔષધને સ્થાન ન હોવું જોઇએ. અને તેઓ કવીનાઇન, બોરીક એસીડ, આયોડાઇન, વગેરેને વાપરવું તેને પણ પાપ સમજે છે. હું પણ માનું છું કે વિદેશી ઔષધ વાપ-રવું ઠીક નથી; પણ જ્યાંસુધી કવીનાઇન જેવું અને જેટલું ત્વરિત કામ કરનાર દેશી ઔષધ આપણે સિદ્ધ ન કરીએ ત્યાંસુધી કવીનાઇન આપણે વાપરવું એવા મતનો હું છું. માત્ર ફેર એટલો છે કે કવીનાઇનનો આંખો મીંચીને જે છૂટથી ઉપયોગ થાય છે, એવી રીતે ન વાપરવું જોઇએ. એથી જો કે લાભ થતો હશે છતાં નુકસાન ઘણું થાય છે એ હું મારા પોતાના અનુભવથી ચોક્કસ કહી શકું છું.

કવીનાઇનના જેવા ગુણવાળી દવાઓ વાપરવાના મેં ઘણા અખ-તરા કર્યા છે અને લગભગ એકાદ બે દવાઓ તો ચોક્કસ કવીનાઇન

જેવું જ કામ કરે છે. માત્ર તેનો પ્રચાર નહિ હોવાથી સહુ કોઇ ક્વીનાઇન વાપરવું વધારે પસંદ કરે છે. છતાં જો કોઈ આ બાબતમાં મહેનત કરી લોભની દૃષ્ટિ બાજુ ઉપર રાખી પ્રચાર કરે તો દેશને આર્થિક લાભ ઘણો થાય, તેમજ ક્વીનાઇનના દોષમાંથી પેદા થતા રોગમાંથી બચી જવાય.

રોજીંદો, એકાંતરો, દાડવો, ચોથીયો, ટાઢીઓ કે ટાઢ સિવાય ચઢી આવી અમુક ચોક્કસ કલાકે ઉતરી જનારા તાવો કે જેના દોષો અનુક્રમે લોહીમાં, રસમાં, માંસમાં સમાયેલા હોય છે એ બધાને વૈદકશાસ્ત્ર વિષમ જ્વરો કહે છે. જો એ આવીને લંબાય તો તેને સતત જ્વરો કહેવાય છે. આ બધા તાવમાં એક ગોળી અમે બનાવીને છૂટથી ઉપયોગ કરીએ છીએ. એનાથી તાવ ઉતરી જઇ અટકે છે. તેની બનાવટ આ પ્રમાણે છે :

કડવી નાઇ અથવા મામેજવો, જે ચોમાસામાં ક્ષુપની માફક જ્યાં ત્યાં ઉગી નિકળે છે. એનું પંચાંગ તોલા ૫ તથા કાળાં મરી તોલા ૧ ને બારીક વાટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી રાખી મૂકવી. ૧ થી ૬ ગોળી સુધી દરદી, દરદ અને તેની ઉમરના પ્રમાણમાં એક ટંકે અપાય. બાળકને ઓછું પ્રમાણ આપવું. તાવ હોય ત્યારે આપવાથી તાવ ઉતરે છે, પસીનો વળે છે અને તાવ ઉતર્યા પછી આપવાથી તાવ અટકે છે. આ ગોળી એટલી સસ્તી પડે છે કે કોઇ ધર્માદા દવાખાનામાં રાખી એનો ક્વીનાઇનની જગ્યાએ પણ બહોળો ઉપયોગ કરી શકાય છે. કડવી નાઇ ચોમાસામાં એક મજુર રાખી ભેગી કરાવી હોય તો એકાદ રૂપિયાની દશ રતલ ભેગી થાય અને એક રૂપિયાનાં મરી તેમાં મેળવવાથી એક હજાર દરદીને પૂરી થાય એટલી ગોળી બને. સસ્તી, સગવડવાળી, છતાં ઉત્તમ કામ કરનારી આ ગોળીઓ સેવાશ્રમ, ધર્માદા સંસ્થાઓમાં રાખી શકાય અને ઓછી ફીવાળા વૈદરાજો કે

પરોપકારી સજ્જનો જ્યારે મેલેરીયા ફાટી નિકળે ત્યારે કે મેલેરીયા-વાળા પ્રદેશમાં આ ગોળીનો ખૂબ પ્રચાર કરી થોડા પૈસે વધુ આશીર્વાદ મેળવે તો ઘણું સારૂં.

ગોળી બીજી

કાંચકાના ગોળા તો. ૧૦, અતિવિષની કળી તો. રા અને ક્વીનાઇન તો. ૧। આ ત્રણે વસ્તુ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી, લીંબુના રસમાં ઘૂંટી, ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી, તાવ અટકાવવા ૨ થી ૪ ગોળી પાણી સાથે આપવાથી બહુ ઉમદા કામ કરે છે. જો કે દેશી વિલાયતી મિશ્રણવાળી આ દવા છે, છતાં બહુ ઓછા પ્રમાણમાં ક્વીનાઇન હોવાથી નુકસાન કરતું નથી અને એની સાથેની બીજી બે દવાઓ તેના કામમાં સહયોગી કાર્યને અત્યંત વેગવાળી ગતિ આપે છે અને એ ગોળી ઉમદા બનાવટની છે.

કેટલાક દરદીઓને એમ બને છે કે એકાદ બે વખત મેલેરીયાનો તાવ આવી ગયા પછી દવા લીધા બાદ તાવ ઉતરે, પણ ફરી દશ કે પંદર દિવસે તાવ આવે. એનાથી બને એમ કે ધીમે ધીમે તાવથી અશક્તિ વધતી જાય. ફરી થોડા દિવસ થાય ને પાછો તાવ આવે. સારવાર કરવાથી તાવ ઉતરી જાય ખરો, પણ પંદર દિવસે આવ્યા વગર રહે નહિ. એને માટે નીચેની દવા ઉમદા કામ કરે છે.

અતિવિષની કળી તો. ૮, કડુ તો. ૪, ક્વીનાઇન તો. ૨, સીંકોના ફેબ્રીફ્યુજ તો. ૨, એકસ્ટ્રેક્ટ જનસ્યન તો. ૧.

ઉપરની સર્વ વસ્તુને મેળવી, મધ નાંખી, વટાણા જેવડી ગોળી વાળી રાખી સ્હવાર સ્હાંજ બબે ગોળી બે મહિના સુધી ઉપરના દરદીને આપવાથી તાવ નાબૂદ થઇ જાય છે. ઉપરાંત બીજા ઘણા તાવોમાં આ ગોળી બહુ ઉમદા કામ કરે છે.

કેટલાક કફવાળા તાવો, જેને ક્ષયના એક પ્રકાર તરીકે પણ માની લેવામાં આવે છે, તેમજ જીર્ણજ્વરમાંથી જે તાવ શરૂ થઇ હમેશનો

સાથી થઇ બેઠેલો હોય અને જે તાવમાં સ્વેદક દવાઓ ન આપી શકાતી હોય અને જે તાવ ઘણી દવાઓ કરવા છતાં પણ છેડો ન છાંડતો હોય તેને માટે અમને એક અમૂલ્ય પ્રયોગ હાથ લાગ્યો છે. અને અત્યાર સુધીમાં ઘણાં દરદીઓ ઉપર અમે એ અજમાવી જોયો છે. જેથી એ ગોળી બનાવી વાપરવા, વપરાવવા તથા ડોકટર સાહેબોનું ધ્યાન ખેંચવા અમે આગ્રહપૂર્વક વાચકોને વિનતિ કરીએ છીએ.

લીંબડાની ગળો એક મણને ખાંડી, તેનો બે મણ પાણીમાં ઉકાળો કરવો. એક મણ પાણી બાકી રહે એટલે ઉકાળો ગાળી લઇ, તે ઉકાળાને ઉકાળતાં ઉકાળતાં શીરા જેવું જાડું થાય ત્યારે નીચે ઉતારી એ શીરો તો. ૪૦ હોય તો તેમાં અતિવિષની કળીનું ચૂર્ણ તો. ૧૦ નાંખી, ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી, અને બીજી જાતની ગોળીમાં દશ તોલા અતિવિષની કળીનું ચૂર્ણ તથા અઢી તોલા સાબરસીંગની ભસ્મ નાંખી, ગોળી વાળવી. આ બન્ને જાતની ગોળી કોઇ પણ જાતના અણઉતાર અને ઘણા જુના પુરાણા તાવ, જીર્ણ જ્વરો, બગડેલા વિષમ જ્વરોમાં એક ગોળીથી શરૂ કરીને વધારતા જવી, તે સો ગોળી સુધી ચઢીને પછી ઉતરવું. સાત્વિક ખોરાક રાખવો. જો તાવ સાથે ખાંસી હોય તો સાબરસીંગની ભસ્મવાળી ગોળી ખાવી અને એકલો તાવ હોય તો સાબરસીંગની ભસ્મ વગરની ગોળીનો ઉપયોગ કરવો. બીજા કોઇ પણ ઔષધની જરૂર નથી. ગમે તેવા જુના પુરાણા હઠીલા, નહિ છૂટતા, રસમાં, લોહીમાં, વીર્યમાં કે ગમે ત્યાં જડ ઘાલી બેઠેલા તાવોને કાબુમાં લઇ, શરીરને કોઇ પણ જાતની નબળાઇ આપ્યા સિવાય, હૃદયને નુકસાન કર્યા સિવાય, પરસેવો લાવ્યા સિવાય, તાવ નાબૂદ થાય છે, અને આવતો નથી. માત્ર શ્રદ્ધા રાખી, દરરોજ એકેક ગોળી વધારે લઇને, પ્રયોગના રૂપમાં આગળ વધવું જોઇએ.

તાવ માટે તો આગળ હું જણાવી ગયો છું કે તેનું સ્વતંત્ર પુસ્તક લખી શકાય. એટલે આ લેખમાળામાં તાવ સંબંધી માત્ર આવશ્યક

ચર્ચા કરી છે અને અમારો અનુભવ તથા ઔષધ છૂટથી જણાવ્યાં છે. બાકી તાવના કેટલાક એવા પણ દરદી આ લેખકે જોયા છે કે જે શાસ્ત્ર અને બુદ્ધિથી પણ વિરૂદ્ધ હોય તેવી ક્રિયાથી સારા થાય છે. એક બ્રાહ્મણ દરદી એવો જોએલો કે એ ભાઇને સખત તાવ આવે, ૧૦૪ થી ૧૦૫ જેટલો તાવ હોય ત્યારે એ લગભગ અર્ધો શેર ઘીનો શીરો ખાય અને તાવ ઉતરી જાય! વૈદક શાસ્ત્ર જ્યાં લાંઘણ કરવાની આજ્ઞા ફરમાવે ત્યાં દરદી શીરો ખાય અને તાવ જાય એ પણ એક ખૂબીદાર અને વિચારવા જેવો કોયડો ગણાય! એક દરદી તાંસળી ભરી દહીં પી જાય અને તેનો તાવ જતો રહે એ પણ નજરે જોયેલી વાત છે! એટલે જ '**बुद्धिमतां विषम ज्वरे परीक्षा**' બુદ્ધિશાળી વૈદ્યની વિષમ જ્વરમાં જ પરીક્ષા થાય છે.

વૈદ્યક શાસ્ત્રના અભ્યાસમાં પ્રથમ જ્વરનિદાન ભણાવવામાં આવે છે અને જેનું જ્વરનિદાન ઘણું સારૂં તે જ વૈદ્ય કુશળ ગણાય છે.

卐

પ્રકરણ ૨૧મું

યકૃત અને પ્લીહા

ડાક્ટરોના સંસર્ગમાં આવેલો કોઇ પણ દરદી લીવરને ન ઓળખે એ બનવું અસંભવિત છે. જેમ વૈદ્યો નાડી તપાસ્યા પછી નખ, આંખ–ને જોઇ વળે છે, એમ ડાક્ટરો દરેક દરદીના લીવરની હાલત તપાસી પછી જ રોગનો નિર્ણય કરે છે. લીવર એ અંગ્રેજી શબ્દ છે. તેને દેશી વૈદકમાં યકૃત કહેવામાં આવે છે અથવા કલેજું પણ કહી શકાય. આ કલેજું જમણી પાંસળી હેઠળ પેટના

જમણા ભાગમાં આવેલું છે. પણ તે મોટું હોવાથી પીપડીવાળા મધ્ય ભાગમાં તેમ જ જરા ડાબી પાંસળીના ભાગ સુધી પહોંચે છે. તેની લંબાઇ ૧ ફુટ અને પહોળાઇ ૮ ઇંચ છે. તેનું વજન લગભગ ચાર રતલનું છે. શરીરની બીજી બધી ગાંઠો કરતાં વધારે મોટી અને અગત્યની આ ગાંઠ છે. સારી સ્થિતિમાં આ ગાંઠ પાંસળી નીચે લગભગ ઢંકાયેલી રહેવાથી, દાબવાથી માલુમ પડતી નથી. કલેજું નાના નાના બારીક હજારો દાણાનું બનેલું છે અને તે દરેક દાણામાં લોહીની બારીક રગોની જાળ ફેલાયેલી છે. આ લીવર અથવા કલેજાનું મુખ્ય કામ લોહીને શુદ્ધ કરવાનું તથા પિત્ત પેદા કરવાનું છે.

તેવી જ રીતે પેટના ડાબા પડખામાં નવમી, દશમી અને અગીયારમી પાંસળીઓની નીચે બરોલ આવેલી છે. તેને તલ્લી અથવા પ્લીહા કહેવાય છે. ઇંગ્રેજીમાં તેને સ્પ્લીન કહે છે. આ ગાંઠ રંગે વાદળી સ્લેટ રંગની છે. તે પાંચ ઇંચ લાંબી તથા ત્રણ ઇંચ પહોળી છે. આ ગ્રંથી પણ લોહી શુદ્ધ કરવાનું કામ કરે છે.

તાવની બિમારીમાં તેમાંય ખાસ વિષમ જ્વરોની અસરથી આ બેઉ ગ્રંથીઓ (લીવર અને બરોલ) વિકૃત થાય છે, એટલે પોતાની મૂળ સ્થિતિ છોડી તેમાં વધારો થાય છે—સોજો આવે છે. એ વખતે પહેલી અસર શરીરમાં લોહી ઉપર જણાઇ આવે છે. કારણ કે જે દરદીનાં લીવર, બરોલ વધેલાં—બગડેલાં હોય છે, તેનો ચહેરો ફીક્કો—પીળો જણાય છે અને આ સ્થિતિમાં જો વધારે વખત લંબાય છે તો ચહેરા ઉપર થેથર અથવા હાથ પગ ઉપર થેથર આવે છે અને પેસાબનો રંગ પણ બદલાયેલો રહે છે.

તાવમાંથી જ લીવર, બરોલ વિકૃત થાય છે. પરંતુ તાવમાં જો ઉપચારો કાળજીપૂર્વક કરવામાં આવે અથવા તાવને આયુર્વેદિક પદ્ધતિ પ્રમાણે ઉતારવામાં આવે તો તાવ ઉતરવાની સાથે સાથે તાવની થયેલી લીવર, બરોલ ઉપરની અસર પણ નાબૂદ થાય છે. કારણ કે દેશી વૈદ્ય—

ના જ્વરઘ્ન ઔષધોમાં લીવર, બરોલ ઉપર સીદ્ધાં અસર કરનારાં કડુ, કરીયાતું વગેરે જેવા પદાર્થો તાવ ઉતારે છે, લીવર શુદ્ધ કરે છે, બરોલને બચાવે છે અને મૂત્રપિંડ જેવાંને સારી રીતે કામે લગાડે છે, છતાં આ ઔષધો એવાં નથી કે જેથી હાથમાં ઘડીયાળ લઇ બેસીએ અને ઘડીયાળના કાંટાની સાથે શરીરની ગરમાઇ ઉતરતી જાય, આપણે જોઇ ગયા છીએ કે શરીરમાં જ્યારે અણુપચનો અથવા બીનઉપયોગી મળ સંચય થાય છે ત્યારે તેને બહાર કાઢી નાંખવા શરીરયંત્ર વધારાની મહેનત કરીને તાવ ઉત્પન્ન કરે છે. એટલે શરીરમાં એ મળદોષ જ્યાંસુધી પચે નહિ, નાશ ન પામે, ત્યાંસુધી તાવની જરૂર છે. એટલે એ વખતે એવા ઔષધની જરૂર છે કે એ દોષનો શરીર યંત્ર નાશ કરતું હોય તેમાં તેને મદદ કરે અને પોતે પણ દોષને નાશ કરવામાં–શમાવવામાં કામે લાગે. એના બદલે શરીર યંત્ર જે ઝડપથી સાફસુફી કરવા કામે લાગ્યું હોય તેને એક જ ઝપાટે બ્રેક મારીને તેનું કામ અટકાવી દેવાથી પરિણામ એ આવે છે કે ઉપરથી શરીર ઠંડું જણાય છે પણ શરીરમાં સંચય થયેલો મળ શરીરમાં જ રહે છે. એટલે એ સીધી રીતે નહિ તો આડકતરી રીતે શરીરમાં બીજા રોગને પેદા કરે છે.

હમણાં હમણાં તાવને અટકાવવા માટે વિદેશથી આવતાં ઔષધો એવી જ જાતનાં છે, છતાં લોકો તેનો ઉપયોગ કરે છે, કારણ કે તે તાત્કાલિક લાભ આપનાર હોય છે.

હમણાં મારી પાસે એક પિત્તપાંડુ જેવો દરદી આવ્યો. શરીર તદ્દન પીળું પડી ગયેલુ. નિદાન કર્યા પછી એ ભાઇને પૂછતાં જણાયું કે તાવ આવ્યા પછી બે ચાર દિવસ ડાકટરી ક્વીનાઇનના ડોઝ પીધા, પણ તાવ અટક્યો નહિ ત્યારે એક જાતની ટીકડી લખી આપી. એ લીધા પછી તાવ તો ઉતર્યો પણ શરીરનું લોહી આવું થઇ ગયું છે. એ ટીકડીનું નામ ' એટાબ્રેઇન. '

મેં મારા એક ડાક્ટર મિત્રને પૂછ્યું કે આ એટાબ્રેઇન લેવાથી લોહી ઉપર અસર કરે છે ખરું ? તેમણે જણાવેલું કે એથી શરીર તદ્દન ફીકું પડી જાય છે. અને એ ઉપરાંત વધારે લેવાથી કદાચ હૃદયને પણ નુકસાન કરે છે. છતાં જ્યાં ક્વીનાઇન તાવ નથી અટકાવતું ત્યાં એટાબ્રેઇન અકસીર કામ કરે છે.

એક સિપાઇ બિરાદરનો એક આંખે કાણો છોકરો જુવાન થયો, પણ આંખે કાણો એટલે કન્યા મળે નહિ. પછી પ્રયત્ન કરતાં પોતાના ગામથી થોડે દૂરના ગામમાં પોતાની નાતની ચહેરે મહોરે રૂપાળી કન્યા સાથે આ ભાઇએ સંબંધ કર્યો, અને લાડે કોડે જાન લઇ પરણાવવા ગયા. બડી ધામધુમથી નિકાહ કર્યા. નિકાહ વખતે વરના મોઢા ઉપર ફુલના તોરા એટલા બધા એ લોકોની નાતમાં નાંખવાનો રીવાજ કે પરણતી વખતે વરનું મોઢું કોઇ જોઇ શકે નહિ. કન્યાને પણ કન્યાના મામાએ તેડીને પધરાવેલી. બન્નેની રીવાજ મુજબ શાદીની ક્રિયા થઇ રહી—પરણી ઉતર્યા. એટલે વરરાજાના પક્ષનાં ખૂબ હરખાયાં કે કેવી સરસ કન્યા મળી, અને અત્યારસુધી કોઇ જાણી શક્યું નથી કે વર એક આંખે કાણો છે. એથી વરરાજા તરફની જાનરડીયો ગાવા લાગી :

'ખાટે ખાટે રે મેરે કાનીયે મીયાં,
કે એસી ખુબસુરત કન્યા મીલી.'

એ ઉપરથી કન્યા પક્ષની સ્ત્રીઓ બોલી :

'કૈસે ખાટે રે તેરે કાનીયે મીયાં,
કે બીબી ચલે તબ દેખીયો !'

બાબત એમ હતી કે કન્યા એક પગે લંગડી હતી અને તેથી તે મુશ્કેલીથી ચાલી શકતી હતી.

એટલે કે એટાબ્રેઇન કિંવા ક્વીનાઇન લઇને તાવને એક જ ઝપાટે રોકનારનો તાવ ઉપરથી અટકે છે અને દરદી ખુશ થાય છે કે પોતે તાવના હુમલાથી છૂટયો! પણ એના શરીરમાં એવા વ્યાધિનાં બીજ રોપાય છે કે પાછળ મહિનાઓના મહિના સુધી દવાઓ કરવી પડે છે. એ એટાબ્રેઇનવાળા પિત્તપાન્ડુના દરદીને બે મહીના સુધી દવા આપવી પડી, ત્યારે જ તેના લોહીનાં રજકણો સુધર્યાં હતાં.

આ તો જાણે કે લીવર અને બરોલને વિકૃતિ ન આવે તેને માટે સાવચેતી રાખવા અને તે કેમ થાય છે તે બાબત થોડું આપણે વિવેચન કર્યું. પરંતુ કદાચ માનો કે તાવના કારણથી થોડા દોષથી લીવર વધ્યું અને તેથી દુ:ખાવો રહેવા લાગ્યો, અને ડાકટરની તપાસમાં લીવરના કારણે દુ:ખાવો છે એમ નક્કી થયું, તો પછી તમે શું કરવાના?

હું તો એમ કહું છું કે તમે કાંઇ ન કરો, માત્ર ખોરાકમાં પચે એટલો નિયમસરનો હલકો અને સાત્વિક આહાર લ્યો. સવાર સ્હાંજ ફરવા જાઓ, ત્રિફળાં કે હરડેને અગિયાર દિવસ ગોમૂત્રમાં પલાળી રાખી તેને સૂકવી ખાંડી ફાકી બનાવી, રાતે સૂતી વખતે લ્યો, બપોરના નાસ્તા તરીકે પોપૈયો અને લાલ ટમેટાં લ્યો, અને તમને રોગ છે એ ભૂલી જાઓ, તો તમે જલદી સારા થઇ જશો. લીવર, બરોલ જે કારણથી બગડયાં હોય એ કારણ નાબૂદ થયું હોય તો પછી એ અવયવો આપોઆપ સુધરી જાય છે. તમે ચોક્કસ માનજો કે નખથી શિખા સુધીના દરેક અંગપ્રત્યાંગમાં ક્ષણે ક્ષણે ફેરફાર થતો રહે છે. તમે માનશો? આજથી છ વરસ પહેલાં તમે જે હતા અથવા તમારામાં જે કાંઇ હતું તેમાંનું આજે એક અણું કે અંશ માત્ર પણ રહ્યું નથી. તો પછી લીવર, બરોલને તમે સુધારો એ પહેલાં તે આપોઆપ સુધરી જશે.

એક બાળક ગબડી પડયું હોય તેને મદદ કરીને બેઠું કરો અને એ પોતાની મેળે બેઠું થાય એમાં મોટો તફાવત હોય છે. તે

આપોઆપ એહું થશે તેની રીત જુદી હશે, અને તેમાં તેનાં અંગોને વધારે બળાત્કાર સહન નહિ કરવો પડે; જ્યારે તમે એહું કરશો ત્યારે તેને ગભડવાથી અથવા ગભડવાના દુઃખથી વધારે સહન કરવું પડશે. હા, માત્ર તે એહું થાય તે માટે તેને આધારની જરૂર છે. એટલે ઔષધો પણ એવાં હોવાં જોઇએ કે જે અવયવો સુધરતાં હોય તેને મદદ કરે.

હવે લીવર-બરોલ સંબંધી આટલી હકીકતથી અટકી જવાય એમ નથી. લીવરનાં કારણોવાળા એવા દરદીઓ જોયા છે અને એ લોકો એટલા સરસ વહેમે ચઢી ગયા હોય છે કે એક વરસમાં નવ મહિના એમને દવાઓ ચાલતી જ હોય છે, અને લીવરને કારણે તાવ કે તાવને કારણે લીવર એ બેઉનાં એવાં સરસ ગોઠીપણાં બંધાયાં હોય છે કે કેમે કરી છૂટતાં નથી. આવા દરદીને ખોરાક ખાવા તો જોઇએ છીએ, એનો રસ પણ બને છે. છતાં લોહી નથી બનતું. અર્થાત્ લોહીનાં લાલ રજકણો થતાં નથી હોતાં. એટલે શરીરમાં ધીમે ધીમે ફીકાશ વધતી જાય છે, દરદી અશક્ત થતો જાય છે અને બીજી બાજુ દરદી ઉપર દવાઓના બારે મેઘ વરસવા લાગે છે. એક કહેશે તમે વૈદની દવા લ્યો, બીજો કહે ડાક્ટરનો ડોઝ લ્યો. એમ શિયાળ તાણે સીમ ભણી અને કૂતરૂં તાણે ગામ ભણી! વચમાં દરદીના વિચાર કરવાના જ્ઞાનતંતુઓ બહેર મારી જાય છે અને એ ઇશ્વરને સંભારી એના યમદૂતનું આવાહાન કરે છે.

એવે વખતે હું મારા વહાલા દરદીને એક સોનાથી સસ્તી અને હીરાથી મોંઘી સલાહ આપું છું કે એ બિરાદરને ગમે તે સ્થિતિએ લીવરનું દરદ પહોંચ્યું હોય અને છેવટે ડાક્ટરો મોસંબીના રસ સાથે 'લીલી લીવર એક્સ્ટ્રેક્ટ' લેવાની ભલામણ કરતા હોય, જેની એક ટ્યુબ અથવા દરરોજનો ખરચો એકલી દવાનો બે રૂપીયા થવા સંભવ છે, તેવે વખતે મારો આ બિચારો ગરીબ પ્રયોગ અજમાવી જોવાની હું

ભલામણ કરૂં છું. માત્ર તેમાં તમારે દીલનો સંયમ અને મનનો કાબુ મેળવવાની જરૂર છે. પણ એથી તમારૂં જીંદગીનું દુઃખ મટી જઇ તમે નવા લોહીથી તસતસતા, અને સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત બની જશો.

ગાયનું મુત્ર મણ ૧ : કાળીજીરી શેર ૧

ઉપરની બેઉ વસ્તુને લોઢાના કડાયામાં નાંખી ઉકાળવા માંડવું. ઉકાળતાં ઉકાળતાં ગૌમુત્ર બળી જાય અને ત્યારપછી કાળીજીરી પણ બળી જઇ કાળા કોલસા રહે એટલે એને ઉતારી લઇ, બારીક વાટી, એનું વજન તોલા ૧૦ હોય તો તેમાં સોડા બાય કાર્બ તો. ૫ નાંખી ઘૂંટી ભરી મૂકવું. આ બધું એક દિવસમાં બનાવી લેવું, જો ઉપર રાત જશે તો દવામાં ગુણ નહિ રહે.

પ્રથમ તો લીવરના દરદીએ બધી જાતનો ખોરાક બંધ કરી એકલા ગાયના દૂધ ઉપર રહેવું. ખોરાકનો મોહ છોડી દેવો, તો શરીર જલદી સુધરી જશે અને ગાયનું દૂધ સંપૂર્ણ જોઇએ તેટલું પોષણ આપશે. ખૂટતાં કેલસ્યમો, વિટામીન્સ દૂધમાંથી પૂરાં મળશે. છતાં અનાજનો મોહ ન જ છોડી શકાય તો દૂધ સાથે ભાત, મગની દાળ અને દુધી કે કોબીજનું શાક એ સિવાય વધારે ખોરાક ન લેવો. સવારે એક વખત ખોરાક લેવો. સાંજના પોપૈયો–મોસંબી લેવાં.

ઉપરની દવા વાલ ૨ તથા તેની સાથે સારો મંડુર (ભસ્મ) વાલ ૧ મેળવી મધમાં ચાટવું. દિવસમાં ત્રણ વખત આં દવા લેવી, રાત્રે સુતી વખતે આરોગ્યવર્ધિની નંબર ૧નું એક વાલનું પડીકું દૂધ સાથે લેવું અને જરૂર જણાય તથા અશક્તિ બહુ હોય તો સંશમની નંબર ૧ની બે ગોળી સવારે અને બે ગોળી સાંજે લેવી. આરોગ્યવર્ધિની અને સંશમની બેઉ દેશી વૈદકની પ્રસિદ્ધ દવા છે. તેની બનાવટ લાંબી લખતાં લેખ લખાય, એટલે લખી નથી. તે વૈદને ત્યાં અથવા ફાર્મસીમાંથી સસ્તા ભાવે મળે છે. ઉપરની રીત પ્રમાણે દવા શરૂ કરી એક મહિનો બરા-

બર લેવામાં આવે અને બહુ જુનું દરદ હોય તો ત્રણ મહિના દૂધનો પ્રયોગ કરી લેવામાં આવે તો લીવરના દરદીને નવી જીંદગી પ્રાપ્ત થાય છે અને સેંકડો રૂપિયા બગાડી ચૂકેલા અને હતાશ થયેલા દરદી સારા થાય છે એવો અમારો ખાસ અનુભવ છે.

બરોલ માટે તો લોહની કે મંડુરની કોઇ પણ બનાવટ આપવાથી સારૂં કામ કરે છે, અથવા કુમારી આસવ સાથે બબ્બે વાલ નવસાર આપવાથી બરોલ ગળી જાય છે. હમણાં હમણાં બરોલ માટે અર્કે-તીહાલેાની બનાવટ નીકળી છે અને તે વડોદરાથી નીકળી છે. તેની બનાવટ અંગ્રેજી છે અને તે નીચે પ્રમાણે બનાવાય છે. એ બરોલ ઉપર ઠીક કામ કરે છે :

એમોન્યા કલોરાઇડ ૪૦ રતી ભાર, એસીડ નાઇટ્રોહાઇડ્રો કલોરીક ડીલ્યુટ ૮૦ ટીપાં, એકસટ્રેકટ ટેરાકસીસી લીકવીડ ૫ ડ્રામ, લાઇકર સ્ટ્રીકનાઇન ૪૦ ટીપાં, ટીં. એકોનાઇટ ૪૦ ટીપાં, ટીં. કલોરોફોર્મ ૪૦ ટીપાં, કવીનાઇન સલ્ફર ૨૦ ગ્રેન, સ્વચ્છ પાણી ૬ ઔંસ, એ સર્વ ચીજોને વિધિસર મેળવી, પછી પાણી મેળવી, બાટલી ભરવી. ૧૬ ટંકની આટલી દવા છે. સવાર સાંજ એકેક ભાગ લેવો. આ અંગ્રેજી ઉપચારના જેટલો જ ગુણકારી અને બરોલનાશક નીચેનો દેશી ઉપચાર છે :

કુંવારપાઠાનો રસ તોલા ૫, નવસાર તોલા ૧, સાકર તોલા ૫.

એ ત્રણે વસ્તુને સાથે મેળવી, તેમાં દશ રૂપીઆભાર પાણી નાંખવું (ડીસ્ટીલ્ડ વોટર). પછી અગ્નિ ઉપર મૂકી, ગરમ કરતાં ઉભરો આવે ત્યારે નીચે ઉતારી ઠંડું થયે ગળી લઇ, આઠ ઔંસની બાટલી ભરવી. દરરોજ સવાર સાંજ સવા રૂપીઆભાર જેટલું લઇ તેમાં તેટલું પાણી ઉમેરી પી જવું. બરોલ ગળી જશે.

અથવા કુંવારનો રસ તો. ૪૦ તથા નવસાર તો. ૪૦ બન્નેને એક બરણીમાં ભરી, બંધ કરી એક મહિનો રાખી મૂકવું. બાદ ગાળી લઇ

સવાર સાંજ અરધા અરધા રૂપીઆભાર પાણી મેળવી પીવું. તેથી પણ બરોલ ગળી જઈ સારી થશે.

ઉપર બતાવેલી કુંવાર દરેક જગ્યાએ થાય છે. એને કુંવારપાઠાં પણ કહે છે. તે સ્વાદે કડવાં હોય છે.

卐

પ્રકરણ ૨૨મું
હોજરી

મનુષ્ય અને પ્રાણી માત્ર શરીર જીવંત રાખવા માટે આહાર કરે છે. જુદી જુદી ઇંદ્રિયો દ્વારા જુદા જુદા પ્રકારના આહારનો ઉપભોગ કરનાર જેમ સજીવ પ્રાણી છે તેમ જ જેને જડ ગણવામાં આવે છે એવાં વૃક્ષ, વેલીઓ અને પહાડો પણ આહાર કરે છે. હમણાં હમણાં તો એવાં ઝાડો હૈયાતીમાં આવ્યાં છે કે જે ઝાડ હોવા છતાં કેટલાંક પક્ષીઓ અને કેટલાંક મનુષ્યોનો પણ આહાર કરે છે; અને એ જાતનાં ઝાડ પાસેથી નીકળનાર અથવા ઉપરથી ઉડનાર મનુષ્ય અથવા પક્ષીને પોતાના શ્વાસ મારફત ખેંચી લઈ તેના રક્તનું શોષણ કરી તેને નિર્જીવ બનાવી ફેંકી દે છે, એવાં ઝાડ આફ્રિકામાં છે.

એટલે એ વાત સિદ્ધ થાય છે કે આહાર વિના જ્યારે કોઈ પણ જડ કે ચૈતન્ય જીવી શકતું નથી ત્યારે મનુષ્યને દરરોજના ઘસારામાં ખૂટતા 'સેલ્સ'ની ભરપાઈ કરવા માટે ભોજનની જરૂર છે. આહાર-ખોરાક માટે લખતાં આયુર્વેદના પ્રણેતાઓએ મહાન સૂત્રો લખ્યાં છે. **हित भुक, हित भुक, मित भुक**: આ ત્રણ મહા સૂત્રોમાં

આહારની પૂરી વ્યાખ્યા આવી જાય છે. અર્થાત્ હિતકારી આહાર કર, મિતાહારી પ્રમાણસર આહાર કર.

હવે હિતકારી આહાર કોને કહેવો ? એ માટે જરા આગળ વધી ઊંડા ઉતરવું પડશે. એક જ દેશ, એક જ મોહોલ્લો, એક જ કુટુંબ અને એક જ માતાનાં બે બાળકો પૈકીમાં એક બાળકને જે ખોરાક હિતકારી, અનુકૂળ અથવા પથ્ય હોય તે જ બીજા બાળકને હિતકારી નથી હોતો. એકને ઘઉંની રોટલી મજેથી પચી જાય છે ત્યારે બીજાને ઘઉં નથી માફક આવતો પણ બાજરી માફક આવે છે. એક જ પ્રકારના વીર્ય અને રજથી પોષાયેલા, એક માતાનાં બે બાળકને જુદો જુદો આહાર અનુકૂળ પ્રતિકૂળ પડે છે તેનું કારણ શું ? તેનું કારણ તેની પ્રાધાન્ય પ્રકૃતિ છે. શરીર, વાત, પિત્ત અને કફના સિદ્ધાંત ઉપર રચાયેલું છે, એટલે જ દરેક પ્રકૃતિ અનુસાર આહાર કરવો એનું નામ હિતભૂક છે. હવે હિતભૂક–હિતકારી આહાર કરવો, છતાં તેમાં પણ મિતાહારી થવું એટલે એ આહારને પણ પ્રમાણસર લેવો એવી સચોટ આજ્ઞા છે.

મનુષ્યે જીવવા માટે ખોરાક લેવો એ જરૂરી છે, હિતકારી આહાર લેવો એ ખાસ જરૂરી છે અને મિતાહારી થવું એ અત્યંત જરૂરી છે.

આપણે હોજરી સંબંધી લખતાં પહેલાં આહાર સંબંધી થોડો પ્રસ્તાવ કર્યો. શરીરમાં હોજરી એ એક અગત્યનું અંગ છે. આપણે જે ખોરાક ખાઇએ છીએ તે અન્નનળી મારફત હોજરીમાં જઇને પડે છે. હોજરીનો આકાર મસક જેવો છે. તે પેટના પીપડીવાળા મધ્ય ભાગમાં તેમ જ જરા ડાબી બાજુ આવેલી છે. તેનો ઉપરનો ભાગ અન્નનળી સાથે અને નીચેનો ભાગ આંતરડા સાથે જોડાએલો છે. જ્યારે ખોરાક લેવાય છે ત્યારે તે પહોળી થાય છે એટલે એની જમણી ડાબી બાજુની લંબાઇ ૧૦–૧૨ ઈંચ અને પહોળાઇ ૪ થી

૫ ઇંચની થાય છે, તેનું વજન લગભગ ૧૧ તોલાનું થાય છે અને તેમાં ૪ થી ૫ રતલ પાણી સમાઇ શકે છે.

માણસ ખોરાક ખાય છે અને તેને મોઢામાં મૂકે છે ત્યારથી જ ખરી રીતે કહીએ તો તે પાચન થવા લાગે છે, એટલે ખોરાક ચવાતો જાય છે અને તેનાં રજકણો છૂટાં પડતાં જાય છે તેમ તેમ તેની મોઢામાં રહેલી ગ્રંથિઓએ પેદા કરેલા રસ (સાલીવા) સાથે મળીને તે ધકેલાઇ હોજરીમાં જાય છે, મોઢાંમાં પુષ્કળ ચાવવાથી ખોરાક વધારે બારીક બને છે, અને ખોરાકની સાથે સાલીવા વધારે મળવાથી તે વધારે બારીક બને છે, એથી પાચનની એટલી ક્રિયા હોજરીને ઓછી કરવી પડે છે. માટે જ આહારશાસ્ત્રના નિષ્ણાતોએ એક ગ્રાસને (કોળીયાને) ૩૨ વખત ચાવવાની આજ્ઞા ફરમાવી છે અને એ આજ્ઞા અનુસાર ખોરાક ચવાતો હોય તો મનુષ્યને ઘણા ઓછા ખોરાકે તૃપ્તિ થઇ પૂરતું પોષણ મળી જાય છે. હોજરીમાં પહોંચેલા ખોરાક ઉપર ત્યાં પણ પાચનક્રિયા થાય છે. પાચન એટલે વલોણું. અર્થાત્ હોજરીની આંતરત્વચામાંથી મોઢાની માફક એક જાતનો રસ ઝરે છે અને એ ખોરાક ભેગો મળે છે, જેને પાચક પિત્ત પણ કહી શકાય. એ રસ મળતો જાય છે અને હોજરીની સંકોચવિકાસ ક્રિયાથી વલોણું શરૂ થાય છે, એથી ખાધેલો ખોરાક ધીમે ધીમે મળનું રૂપ ધારણ કરી પ્રવાહી રસના રૂપમાં ફેરવાઇ જાય છે. લગભગ સરેરાશ ત્રણ કલાકની ક્રિયા હોજરીમાં થયા પછી અને તેમાંથી રસનું શોષણ થઇ ધીમે ધીમે મળનું રૂપ ધારણ કરી નાના આંતરડામાં થઇ સફરામાં આવી પડે છે અને અપાનવાયુ તેનો અધોમાર્ગે નિકાલ કરે છે.

હવે એક જ દિવસ જરૂરીયાતથી વધારે પડતો ખોરાક ખાવામાં આવે અથવા અનિયમિત વખતે ખાવામાં આવે અને તે હોજરી ન પચાવી શકે એટલે અજીર્ણ થાય છે. શરૂઆતમાં તો આ બાબતની વધારે ખબર પડતી નથી, પણ એથી હોજરીને તો ઘણું નુકસાન વેઠવું પડે છે. એક તરફ હોજરીને પોષણ ઓછું મળે છે, બીજી તરફથી કામ

વધારે કરવાનું હોય છે. તેથી ધીમે ધીમે પાચનશક્તિ મંદ થતી જઇ ખોરાક ઉપર અરૂચી આવતી જાય છે; અને પછી બધા રોગનાં બીજ વવાય છે અને તેમાંથી જ વૃક્ષો ઉગી નીકળે છે. અજીર્ણ થવાનાં બીજાં પણ અનેક કારણો છે. ભારે પેટે અન્ન જમનારને, જમતી વખતે ચિંતા કે ક્રોધ કરનારને, જમીને લાંબી ઉંઘ લેનારને, જમતાં જમતાં પુષ્કળ પાણી પીનારને કે જે જ્ઞાતિમાં રાત્રિભોજન—વરાના રીવાજ છે તેમાં જમનારને, જમીને એક જ જગ્યાએ બેસી રહેનારને, મોટી જગ્યાના મહંતને, અને પ્રભુના પૂજારીઓને તથા સાધુઓને વધારે અજીર્ણ થાય છે. એનું કારણ દરરોજ મફતના માલમલીદા સેવકો તરફથી ભોગ માટે આવે છે અને એનો આહાર યથેચ્છ થાય છે. કચેરીઓના કારકુનો તથા વડા શેઠના મુનીમોને અજીર્ણ થાય છે, કારણ કે તેમને જમીને ગાદી કે ખુરશી ઉપર બેસી રહી કેડેથી વાંકા વળી નીચી મુંડીએ ધોળા કાગળ ઉપર કાળા અક્ષર કોતરવાના હોઇ શરીરના એક પણ અવયવને જરા યે મજૂરી મળતી નથી, એટલે ખોરાક હોજરીમાં પડી રહી અજીર્ણ પેદા કરે છે અને વાયુ વધી જઇ મેદ વધે છે, અને પછી હોઇયાં હોઇયાં કરતાં મેદ વધેલી મોટી દુંદ લઇ, પાચનશક્તિ વધારવા ચૂર્ણના ફાકડા ભરે છે, છતાં તેમનું જીર્ણ અજીર્ણ (ડીસપેપસીયા) મટતું નથી, ન જ મટે, અને મટવું ન જોઇએ. કારણ કે તેમની લૂલી (જીભ) વશ નથી હોતી. તેઓ ખાવા બેસે છે ત્યારે અજીર્ણના દરદી છે એ ભૂલી જાય છે.

સુરત પાસે કતારગામ છે અને ત્યાં મારા સ્નેહીઓ છે. એટલે બાર મહિને એકાદ વખત તો મારે તેમની મહેમાનગતિ સ્વીકારવી જ પડે છે. સુરતમાં કાર્તિક મહિનાથી પાપડીની મોસમ શરૂ થાય છે. શરૂઆતમાં પાપડી ચાર આને શેર હોય છે ત્યારથી સુરતી પ્રજા એ પાપડીનું શાક કરે છે, તે આનાની અઢીશેર થઇને ફરી ઉલતી મોસમે ચાર આને શેર થઇ જાય ત્યાંસુધી પાપડીનું શાક ખાય છે, સ્નેહી સંબંધીને પાપડી ખાવા નોતરે છે. પાપડીના કંડીયા પરદેશ

ચઢે છે અને પાપડીનાં ઉંધીયાં માટે પ્રોગ્રોમ રચાય છે; તથા એક જ ધડાકે ઉંધીયા પાછળ સો–બસો રૂપીઆનાં પાણી થાય છે! છતાં એ સુરતની મોજીલી પ્રજા એમાં આનંદ માને છે. લોકો કહે છે કે કતારગામની પાપડી, તાપીનું પાણી અને સુરતની હવામાં પાપડીનું શાક જે સ્વાદ અને લહેજતવાળું થાય છે, તેવું સુરતથી સ્ટેશન વટાવીને બનાવો તો નહિ બને. એ સત્યાંશને નક્કી કરવા એક વખત હું એ હવામાં જઇ ચઢયો. મારે કબૂલ કરવું પડશે કે સુરતી પ્રજા સ્વાદને જે રીતે માણી શકે છે એવી અન્ય પ્રજા નહિ જ માણતી હોય.

મારે કહેવાની બાબત બીજી છે. હું જ્યાં ઉતરેલો તેની બાજુમાં એક ચાલીસ એંતાલીસ વર્ષની ઉમરનાં મંછીબહેન રહે છે. એમને પાપડીનો એટલો શોખ કે પાપડી ખાવા માટે જ એમણે જન્મ લીધો હોય એમ કહું તો તેમને ખોટું જરા યે ન લાગે. સવારે ઉઠતાંની સાથે એ ગંગા સ્વરૂપ મંછીબહેન આનાની અઢીશેર પાપડી મંગાવી, ફોલી, સુધારી, તેમાં બહોળા હાથે તેલ નાંખી, શાક બનાવે, થોડા ભાત સાથે પેટ ભરાય–છલકાઇ જાય–ગળાની કાંઠલી સુધી માય તેટલું શાક ગળે અને જમી પરવારી બપોરના ત્રણ વાગે પથારીમાં પડી અકળાવા માંડે અને બરકા પાડે. પેટમાં એટલો ગેસ વધી પડે કે હૃદય, ફેફસાં અને કલેજા ઉપર દબાણ કરી ત્રાહી ત્રાહી પોકરાવે. બાજુમાં હું વૈદ્ય એટલે મને બોલાવે અને પેટના વ્યાધિથી બચાવવા માટે કાલાવાલા કરે. જ્યારે બે ચાર જાતની વાયુહર ગરમ દવાઓ આપવામાં આવે ત્યારે ગેસ હેઠો બેસે, અપાનવાયુ છૂટે અને એ સાજાં સારાં થાય. હું એમને સમજાવું: 'મંછીબ્હેન! શા માટે આટલી બધી પાપડી ખાઓ છો? તમને તકલીફનો પાર નથી.' મંછીબહેન કહે: 'ભાઇ! હવે નહિ ખાઉં.'

પણ બીજે દિવસે સવારના જુઓ તો મંછીબહેન આનાની અઢીશેર પાપડી મંગાવી, ઓટલા ઉપર ફોલતાં હોય. દિવસ ઉગ્યા વગર

રહે તો મછીબ્હેન પાપડી ખાધા વગર રહે, અને ત્રણ વાગ્યે તેમનો પ્રાણ ખોળીયામાંથી ગયા વગર રહે.

આજના જમાનામાં વિવિધ પ્રકારનાં એવાં કૃત્રિમ આહાર અને પીણાં વધી ગયેલાં છે, અને એની બનાવટોમાં એવી વિચિત્ર કૃતિઓ દાખલ થઇ ગઇ છે કે તે મનુષ્યોને જરીકે લાભ કરવાને બદલે નુકસાન કરે. અને એવા ખોરાકોથી ધીમે ધીમે મનુષ્યોની પાચનશક્તિ મંદ થતી ચાલી છે. જેટલી ખોરાકમાં કૃત્રિમતા વધારે તેટલાં જ તેમાં પોષક તત્ત્વો ઓછાં સમજવાં. આજનાં માણસો શરીરના પોષણ માટે ખોરાક ખાય છે એ ભૂલી ગયા છે, પણ જીભના સ્વાદ માટે ખોરાક ખાય છે એમ સમજતાં થયાં છે. અને એથી જ આજે આપણી ઘર આગળ બનતી રસોઇ પણ લહેજતદાર કેમ હોય ને સ્વાદિષ્ટ કેમ બને, એ જ દૃષ્ટિ સામે રાખી ખોરાક બનાવાય છે અને આપણે અન્ન-સામગ્રીમાં રહેલાં તત્ત્વોને ગુમાવી બેસીએ છીએ.

જેમ જેમ એ તત્ત્વો શરીરને નથી મળતાં તેમ તેમ શરીર નબળું બનતું જાય છે, પાચનશક્તિ મંદ પડે છે, રૂચી નાશ પામે છે, ખોરાક વધારે સ્વાદિષ્ટ બનાવવાની ઇંતેજારી વધતી જાય છે. જ્યારે સીદ્ધો-સાદો—સાત્ત્વિક આહાર નથી ભાવતો કે નથી રૂચી ઉત્પન્ન થતી ! એ જ બતાવે છે કે આપણી પાચનશક્તિ મંદ છે. જો ખરી ભૂખ હોય તો લહેજતદાર કે વિવિધ સ્વાદવાળા પદાર્થની જરૂર જણાતી નથી.

મારો કહેવાનો આશય એ નથી કે શરીરને છએ રસની જરૂર ન હોય. જરૂર દરેક રસો માફકસર શરીરને હિતકર હોય છે, પણ જ્યારે તે મર્યાદાથી અધિક હોય છે ત્યારે તે અત્યંત નુકસાન કરે છે. અને જરૂરીઆત સિવાય નાંખવામાં આવે છે તો તે ઝેર પેદા કરે છે.

એટલે જ દરેક મનુષ્ય આહારની બાબતમાં સંપૂર્ણ સાવધાન રહી નિયમસર, મીજાનસર, અને હિતકર આહાર લેવાની કાળજી રાખી, સ્વાદને વશ ન થાય તો તેના શરીરને વ્યાધિઓના અકસ્માતો થતાં ચોક્કસ અટકે.

૨. વ. ૧૧

આજની પ્રવૃત્તિવાળા જમાનામાં જ્યાં લાખો માણસોને વીશી-ઓમાં અને લોજોમાં જમવાનું હોય છે, તેમને શરીરને પોષણ આપે એવા ખોરાક લેવાનું લખવું કે અજીર્ણ ન થાય, હોજરીને નુકસાન ન કરે એવો આહાર કરવાનું જણાવવું એ નિરૂપયોગી છે. તેમને ઇચ્છાએ કે અનિચ્છાએ પણ લોજોમાં બનતો ખોરાક લેવો જ પડે છે, અને લોજો, વિશીઓ આકર્ષણની ખાતર સ્વાદને પ્રધાન માનતાં હોવાથી અને ખોરાક બનાવવામાં વેપારી દૃષ્ટિ હોવાથી, એ ખોરાક જ એવો હોય છે કે તે સંપૂર્ણ નુકસાન કરે છે. આટાઓ થુલાં વગરના, દાળો ફોતરાં વગરની, શાકો સડેલાં, ઘી તેલો બનાવટી, દૂધ ભેગવાળું અને મલાઇ કાઢી લીધેલું, મરી મસાલાઓ જૂના અને સડેલા વાપરવા; ઉપરાંત સવારનું વધેલું સાંજના ખોરાકમાં અને સાંજનું વધેલું સવારમાં ભેળવી દઇ, નફાની ઇંતેજારી સેવતા લોજ-વીશીઓના માલીકો સસ્તું ખવડાવવાની ખાતર એમ કરતા હશે, છતાં તેઓ એ રીતે કરીને ગ્રાહકોના શરી-રનું સત્યાનાશ વાળે છે એમ કહ્યા વગર નથી ચાલતું, એટલે જ વીશીઓના પાટલે બેસી પાપડ, રાઇતું અને ચટણીનો ઓપ ચઢાવેલા ખોરાક કરતાં ઘરઆંગણે ભાખરી શાક બનાવી જમનાર વધારે નિરોગી રહી શકે છે અને હોજરીનાં દર્દોથી બચે છે. હોજરી એ એક કોમળ આંતરત્વચા ધરાવતી થેલી છે. તેની પોતાની સ્વભાવિક ગરમી કે ઠંડી ઉપર જેટલી બહારની વધારે પડતી ગરમી ઠંડી નાંખવામાં આવે છે, અથવા વધારે પડતા, દાહક, માદક, ઉત્તેજીત, ભારે અને અત્યંત ઠંડા પદાર્થો નાંખવામાં આવે છે, એટલું જ તેને વધારે સહન કરવું પડે છે. એક ૭ મહિનાનું બાળક ભરનિદ્રામાં સતું હોય તે વખતે એક બરફનો ટૂકડો લઇ તેના ગાલ ઉપર અડકાડો અને જુઓ! તેવી જ રીતે, પીવા માટે ઉઠાવેલો ચહાનો ગ્લાસ તેને અડકાડો અને જુઓ. તેની શી સ્થિતિ થાય છે? એ ૭ મહિનાના બાળકની કોમળતા કરતાં પણ હોજરીની કોમળતા વધારે છે.

卐

પ્રકરણ ૨૩મું

ઉપવાસ

હોજરી અત્યંત કોમળ હોવા છતાં તેના ઉપર અવિચારીપણે ખોટો બોજો લાદવામાં ન આવે તો તે પોતાનું કાર્ય બહુ જ સારી રીતે બજાવી શકે છે. પરંતુ જો 'ચાલતા ઘોડાને ચાબુક' મારવામાં આવે છે તો જેમ ઘોડો પોતાની સ્વાભાવિક ગતિ છોડીને દોડવા, કૂદવા કે ઉછળવા લાગે છે, એમ જ સ્વાભાવિક કામ કરતી હોજરીને જ્યારે અયોગ્ય કાર્ય સોંપવામાં આવે ત્યારે તે જરૂર તેની કુદરતી સ્વાભાવિકતાને છોડી દે છે અને તેમાં વિકૃતિ પેદા થાય છે. આપણી મોજને ખાતર દેખાદેખીથી ક દેશનાં હવાપાણીથી વિરૂદ્ધ કોઇ પણ ખાદ્ય કે પેય પદાર્થ હોજરીને આપવામાં આવે છે ત્યારે તેને સખત આંચકો ખમવો પડે છે. દાખલા તરીકે ઉન્હાળાની ઋતુમાં આપણને લાગતી ગરમીને ઓછી કરવા માટે બરફ, આઇસક્રીમ કે બરફની મેળવણીવાળાં શરબતો લઇએ છીએ. હવે એ બરફ અને આઇસક્રીમની ઠંડક તથા હોજરીમાંની ગરમાઇમાં મોટું અંતર છે. હોજરી પોતાને કાર્ય કરવા માટે જોઇએ તેટલી ગરમી–ઠંડક વધારી કાર્ય કરે જાય છે. એને જ્યારે જરૂર પડે છે ત્યારે સ્વેચ્છાએ જળ કે અન્નને ગ્રહણ કરી પોતાનુ કાર્ય આગળ ધપાવે રાખે છે. એવે વખતે આપણે આઇસપાણી કે આઇસક્રીમ પેટમાં નાંખીએ છીએ ત્યારે શું બને છે ? એ વખતે હોજરીને એકદમ આંચકો લાગે છે અને એકદમ ઠંડીમાં મૂકાઇ જવાથી કેટલીક મિનિટો સુધી તેને સુષુપ્તિવાળી અવસ્થામાં પડી રહેવું પડે છે. એટલે એ કામ કરતી બંધ થઇ જઇ સુસ્ત પડી રહે છે. જ્યારે તેમાં પડેલો બરફ જેવો પદાર્થ તેની પોતાની સમાન ગરમાઇમાં મૂકાય છે ત્યારે ફરી એ કામ કરવા લાગે છે અને :એ રીતે પરિણામે તે અસ્વાભાવિક

ગતિમાં મૂકાય છે. બરફનો ઉપયોગ કરનારને ખાત્રી થઇ હશે જ કે તે ઠંડક, શીતળતા કે તૃપ્તિ નથી કરી શકતો, પણ આઇસપાણી પીધા પછી બમણા જોરથી તૃષા લાગે છે અને એને જ્યારે ઠંડા માટીના વાસણમાં ઠારેલું પાણી પાવામાં આવે ત્યારે શાંતિ અને તૃપ્તિ થાય છે. જેવી રીતે બરફની અતિ ઠંડક હોજરીને ગતિશૂન્ય વિપથગામી બનાવે છે તેવી જ રીતે અતિ ગરમ, અતિ તીખા, અતિ ખાટા, અતિ તરબોળ બનેલા વિદાહી પદાર્થો એ બધાં હોજરીની સ્વાભાવિકતા, કાર્યશીલતા અને તત્પરતાનો વિનાશ કરવામાં અગત્યનો ભાગ ભજવી, તેને વિકૃત બનાવી મૂકે છે. પછી એમાંથી બને શું? હોજરી પોતાનું નિયંત્રિત કાર્ય બજાવી શકતી નથી, એને આપણે અજીર્ણ અથવા જીર્ણાજીર્ણ કહીએ છીએ. અર્થાત્ આ રીતે હોજરીએ અજીર્ણ થવાની બાંગ પોકારી હોવા છતાં આપણે એના ઉપર બોજો નાંખતા રહીએ છીએ અને જો તેને આરામ આપવામાં નથી આવતો તો પછી હોજરી સાથે સંબંધ ધરાવતાં આંતરડાં પણ ક્ષુબ્ધ બને છે અને એ બધાં ભેગાં મળી બળવો જગાવે છે. એટલે પરાણે લાદેલો કે નાંખેલો બોજો તેઓ ગ્રહણ નહિ કરતાં ફેંકવા લાગે છે. અર્થાત્ ઉલટી અથવા ઝાડા થાય છે. એ આ અજીર્ણનું મુખ્ય ચિહ્ન છે. કારણ કે જે વસ્તુનો ખપ નથી, ત્યાં તેને નાંખવામાં આવે તો તેનો ઉપયોગ નહિ થતાં તે પાછો વળે છે. આકાશના અવકાશમાં એક રબ્બરનો દડો ફેંકવામાં આવે તો તે પોલાણ અથવા અવકાશમાં આગળ વધી શકે છે પણ એ જ દડાને એક દિવાલ સામે છોડવામાં આવતાં એ બમણા જોરથી પાછો જ પડે છે. એમ જ્યારે હોજરી વધારે પડતા બોજાથી થાકી ગઇ હોય કે વિકૃત બની હોય ત્યારે તેમાં નાંખેલો પદાર્થ જરૂર પાછો જ પડે છે. એથી જ આપણે ઝાડા, ઉલટી કે કોલેરા જેવા રોગના ભોગ થઇ પડીએ છીએ. કોલેરા માટે ભલે અંગ્રેજી વૈદક એને જંતુપ્રધાન રોગ માનતું હોય, પણ આયુર્વેદ-શાસ્ત્ર તો તેને અજીર્ણપ્રધાન માને છે.

હવે અજીર્ણ થવા ન દેવું, અજીર્ણ ન થાય એવો જ અહાર લેવો એ વધારે સરસ શરીરરક્ષાનો માર્ગ છે. છતાં અજીર્ણ થયું તો ? ઔષધ લેતાં પહેલાં કે અજીર્ણ મટાડવા માટે પાચક, ઉત્તેજીત અને ઉષ્ણ દવાઓ વાપરી અજીર્ણ મટાડવાનો માર્ગ ગ્રહણ કરતાં પહેલાં હોજરીને બીજો માલ ન સોંપવો, અર્થાત્ ઉપવાસ કરવો એ અજીર્ણ નાશ કરવાનો બહુ જ ઉમદા, અસરકારક, સહેલો અને અતિ સસ્તો સચોટ ઉપાય છે. ઉપવાસની ઉપયોગિતા અને મહત્તા આયુર્વેદશાસ્ત્ર અને તેની સાથે ગાઢો સંબંધ ધરાવતું ધર્મશાસ્ત્ર ઘણા જૂના કાળથી સ્વીકારે છે, અને વ્રતો, નિયમો તથા તહેવારોની સાથે ઉપવાસની એવી સરસ ગુંથણી કરી આપી છે કે તેના પ્રકારો, ઋતુપરત્વે ભેદો અને તે તે ઋતુમાં આવતા ઉપવાસોમાં ફરાળ અથવા ફલાહાર તરીકે જે પદાર્થોની છૂટ આપી છે, તેનો જો કોઇ દીર્ઘદર્શી માણસ તલસ્પર્શી વિચારો કરી તેમાં રહેલા ગૂઢ આશયોનો બુદ્ધિપૂર્વક વિચાર કરે તો પૂર્વાચાર્યોની દીર્ઘ દૃષ્ટિ માટે તેને માન ઉપજ્યા વગર રહે નહિ.

પરંતુ આ ઉપવાસનો અત્યારે પ્રચાર બહુ જુદી રીતે થઇ ગયો છે. અત્યારે ધર્મના બ્હાના તળે ઉપવાસ કરનાર ઉપવાસનું ઉઘાડી નજરે ખૂન કરે છે. સાધારણ દિવસોમાં જે પદાર્થો–મિષ્ટાન્નો આરોગવાને મળે તેવા પદાર્થો ઉપવાસને દિવસે ઝાપટી માંદા પડતા કે મહા અજીર્ણ પેદા કરતા કેટલાએ ધર્માનુયાયીઓ જોયા છે અને તેઓ તો ઉપવાસને દિવસે અનાજ ન ખાતાં દરરોજના ખોરાકની વાનીઓને બદલે બીજી જાતનો ખોરાક બનાવી ખાવો એને ઉપવાસ સમજી એટલામાં ઉપવાસની મહત્તા અને ફીલસુફી સમજી સંતોષ માને છે!

જો કે ઉપવાસની સાચી મહત્તા હવે ધીમે ધીમે લોકોમાં સમજાતી જાય છે અને ઉપવાસ કોને કહેવો તે પણ સાધારણ જનતા ઠીક ઠીક સમજતી થઇ છે. ઉપવાસ માટે દેશી અને વિદેશી વિદ્વાનોએ સારા નિબંધો લખી ઉપવાસની ઉપયોગિતા વિષે છેલ્લા બે દશકાથી સારો

પ્રચાર કર્યો .છે. અને એ ઉપરથી ઘણા મનોબળવાળા માણસોએ લાંબા દિવસોના ઉપવાસ કરી વૈદ્ય ડોકટરોથી નહિ મટતા મહા વ્યાધિઓમાંથી મુક્તિ મેળવી, ઉપવાસ સંબંધે પોતાના અનુભવો જાહેર પ્રજા સામે રજૂ કર્યા છે, અને એથી ઉપવાસથી મનુષ્યશરીરને અત્યંત લાભ થાય છે એમ દરેક સમજુ અને સુશિક્ષિત વર્ગ આજે કબુલતો થયો છે; છતાં સંપૂર્ણ નિરાહારી રહી ઉપવાસ કરી કાઢવાનું મનોબળ ધરાવતા માણસો આજે બહુ ઓછા નિકળી આવે છે, અને એથી જ આજે અજીર્ણ, જીર્ણાજીર્ણ અને એથી ઉદ્‌ભવેલા કબજીયાત (કોન્ટીપેશન) જેવા તીવ્ર વ્યાધિથી લોકો રીબાય છે.

ઉપવાસની બહુ ઉંડી ફીલસુફીમાં આપણે ન ઉતરીએ તો તેનો ચોકખો ને ઉઘાડો અર્થ એ છે કે કોઇ પણ જાતનો ખાદ્ય કે પેય પદાર્થ હોજરીમાં ન નાંખવો એનું નામ સાચો અને ખરો ઉપવાસ. હવે તેમાં પાણી લઇ શકાય કે કેમ, એ પ્રશ્ન જરૂરી છે. પાણીની જરૂરીયાત અન્ન કરતાં શરીરને વધારે છે. તેમાં પણ જ્યારે કોઇ પણ આહાર ન લેવામાં આવ્યો હોય ત્યારે તો શરીરને વધારે પાણીની જરૂરીયાત પડે છે. જો કે ધર્મશાસ્ત્રમાં કેટલીક જગ્યાએ નિર્જલા ઉપવાસ પણ સૂચવ્યા છે. પરંતુ હું તો ઉપવાસ વખતે પાણી લેવું જોઇએ એ પક્ષનો છું. એ પક્ષ વૈદક અને તેના અનુભવની દૃષ્ટિએ મેં સફળ માન્યો છે. માત્ર સાધારણ પાણી કરતાં ઉપવાસ વખતે જો ઉકાળીને ઠારેલા પાણીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તો તે વધારે સારૂં ગણી શકાય. ઉપવાસ કેટલા કરવા એ શરીરના વ્યાધિ, શારીરિક સ્થિતિ અને શરીરના બાંધા ઉપર આધાર રાખે છે. છતાં એકથી ત્રણ અને વધીને સાત ઉપવાસ તો હરકોઇ માણસ બહુ આસાનીથી કરી શકે છે અને ઉપવાસ દરમ્યાન તેનું અજીર્ણ નાશ પામે છે. એટલું જ નહિ પણ અજીર્ણ થયેલ અને અજીર્ણ સાથે સંબંધ ધરાવતા બીજા વ્યાધિઓ નાબૂદ થઇ જાય છે. અનંતકાળથી આંતરડાંમાં ભરાઇ રહેલો ખૂણે ખાંચરેનો મળ વિનાશ પામી, શરીર શુદ્ધ અને લોહી નવા

ચેતનવાળું બને છે. અજીર્ણને કારણે પેદા થયેલી અનેક ક્રિયાદોષોનું શમન થાય છે, અપાન વાયુ સુધારે છે, મેદ ઘટે છે, સ્ફૂર્તિ આવે છે, ચૈતન્ય પ્રગટે છે અને આહાર લેવાની દરમ્યાન 'હાશ !' કરી બેસનાર અને 'વોય !' કરી ઉઠનાર, અશક્તિ, પ્રમાદ અને આળસના ખજાનારૂપ માણસ ઉપવાસથી કોઇ અલૌકિક શક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે, તથા નવા ઉત્સાહના સામ્રાજ્યની સ્થાપના થાય છે.

ઉપવાસ કરી રહ્યા પછી તેને છોડતી વખતે એટલે આહારની શરૂઆત કરતી વખતે, ઉપવાસ દરમ્યાન કરતાં તેમાં જરા વધારે કાળજી રાખવી પડે છે. કેટલાક મનનું સમતોલપણું કે સંયમ નહિ જાળવી શકનારાને ઉપવાસ છોડીને ખૂબ માંદા પડી જતા જોયા છે. એટલે જ લાંબા ઉપવાસ કરવાની ઇચ્છા ધરાવનારે ઉપવાસ માટેનું પ્રગટ થયેલું સાહિત્ય તથા લાંબા ઉપવાસ કરનારના અનુભવનો વિચાર કરી, દૃઢ મનોબળ બતાવી, ઉપવાસની શરૂઆત કરવી, અથવા ખૂબ મજબૂત મનોબળવાળા માણસની સાનિધ્યમાં ઉપવાસ શરૂ કરવા અને મૂકવા.

આ બધી કાળજી અને જરૂરીઆતો એકાદ મહિનાના અને તેથી વધારે ઉપવાસ કરનાર માટે છે. એકાદ બે કે પાંચ ઉપવાસ કરનારને બહુ અનુભવી માણુસના સહકારની જરૂર નથી. માત્ર ઉપવાસ દરમ્યાન કોઇ પણ ખોરાક ન લેવો. દરરોજ દસ્ત આવે તેની કાળજી રાખવી. દસ્ત ન આવે તો 'એનીમા' અથવા હરડે જેવી નિર્દોષ દવા લઇ, જૂના મળનો નિકાલ જરૂર કરવો. ઘણા માણસો એમ સમજે છે કે ખોરાક લીધા વગર દસ્ત ક્યાંથી આવે ? પણ એ વાત ભૂલભરેલી છે. આંતરડાની વાંકીચુંકી ભૂલભુલામણીમાં મળ ઘણા જુના વખતનો પડી, સડી, વળગી રહેલો હોય છે. ચાલીસ, પીસ્તાલીસ કે પચાસ સામટા ઉપવાસ કરનારને દરરોજ 'એનીમા' લેતાં મળ સારા પ્રમાણમાં નીકળતો હોવાનું જાણ્યું છે. અને એ જૂનો મળ જેમ જેમ નીકળતો જાય છે તેમ તેમ શરીરમાં સંપૂર્ણ ઉપવાસ હોવા છતાં શક્તિ, સ્ફૂર્તિ

અને ઓજસ ટકી રહે છે—અરે ઉલટાં વધે છે. એ જ ઉપવાસની ખૂબી છે. બે ચાર ઉપવાસ કર્યા પછીથી ઉપવાસ બંધ કરનારે જેટલા ઉપવાસ કર્યા હોય તેટલા જ દિવસ મગનું ઓસામણ, ગાયનું દૂધ, મોસંબીનો રસ, એના જેવી હલકી વસ્તુ વાપરી અને પછી ધીમે ધીમે બીજા ખોરાક ઉપર ચઢવું જોઇએ.

卐

પ્રકરણ ૨૪મું

અજીર્ણ

અજીર્ણ પૂર્ણપણે મટાડવાને માટે સારો ઉપાય તો ઉપવાસનો બતાવવામાં આવ્યો છે. એ રીતે શુદ્ધ સંપૂર્ણ ઉપવાસ જે ન કરી શકે તે એક વાર થોડો આહાર લઇને અથવા દૂધ કે છાશ કિંવા કોઇ પણ ફળ લઇને પછી બીજો નવો બોજો ન નાંખે તો જૂનો બોજો અથવા કાચો મળ જે સીલકમાં પડયો હોય છે તે પાચન થઇ જાય છે અને શરીર સ્વસ્થ બને છે. અજીર્ણ મટાડવા માટે મારી માન્યતા પ્રમાણે ચિકિત્સકોની બહુ જરૂર જણાતી નથી. માત્ર સાવચેતી રાખી સવેળા સમજી લે તો એ અજીર્ણમાંથી જીર્ણાજીર્ણ થતું અટકે છે. અજીર્ણ જણાતાં જેમ આહાર ઉપર કાબુ મૂકવામાં આવે તેમ જઠર અને પાચન અવયવો જરા ઝડપથી કામ કરે એવા, જઠરને પ્રદીપ્ત કરનારા ખોરાક સાથે વિશિષ્ટ પ્રકારના મરી મસાલા વાપરવા હિતકારી છે. જમવાની પહેલાં આદુની કચુંબર જરા મીઠા સાથે રગદોળી અરધા તોલા જેટલી ચાવી જવાથી, લસણની ચટણી લેવાથી, ફુદીનાની ચહા પીવાથી, બારપહોરી પીપર મધમાં

ચાટવાથી, ખૂબ છૂટથી પાણી પીવાથી, ખાટા લીંબુના ફડાસીયામાં ભરી અને સીંધવ ભરી અગ્નિ ઉપર જરા તપાવી સવારમાં ચૂસી જવાથી, ગરમ હવેજ નાંખી બનાવેલી છાશની કઢી લેવાથી સાધારણ થએલું અજીર્ણ મટી જાય છે અને ફરી ખોરાકમાં સમતોલપણું જાળવવામાં આવે તો અજીર્ણ થતું નથી.

આ ઉપાયો ઘણા સાદા, સરલ અને કોઇ પણ મનુષ્ય પોતાની મેળે કરી શકે એવા છે. છતાં એટલું જણાવવું જોઇએ કે આ ઉપાયો તો પ્રાથમિક સ્થિતિ ધરાવતા અજીર્ણને માટે છે; પરંતુ જે જૂના અજીર્ણથી પીડાતા હોય છે, એટલે કે જેમની પાચનશક્તિ તદ્દન નાશ પામી ગઇ હોય છે અને મંદાગ્નિ એટલો બધો વધી ગયો હોય છે કે જેઓ એકાદ બે રોટલી પણ પચાવી શકતા નથી, જેમને ખોરાક ન લેવામાં આવે ત્યાંસુધી આનંદ રહે છે, ખોરાક લીધા પછી જેઓ માંદા જેવા થઇ જાય છે, પેટમાં બોજો જણાય છે, સુસ્તી વધે છે, બેચેની, આળસ અને પગ પાણી પાણી થઇ જાય છે. બાર વાગે ખોરાક લેવામાં આવ્યો હોય અને એના ઉપર ત્રણ ચાર કલાક જાય એટલે પેટમાં ખૂબ દબદબો થઇ આવી, પેટ અને પેડુ ભારે શલ્ય જેવાં જણાય છે, આવાં લક્ષણોવાળાને રસ-શેષાજીર્ણના દર્દી ગણવામાં આવે છે. કારણ કે આવા દરદીઓએ ખાધેલા ખોરાકનો જ્યારે રસ બને છે ત્યારે તેમાંથી પાચનક્રિયા આગળ વધવાને બદલે એ રસમાંથી એક પ્રકારના બુદ્‌બુદ–પરપોટા પેદા થાય છે અને એ ફુટીને હવા એકઠી થવા લાગે છે. એને ડાકટરો ઝેરી ગેસ કહે છે. આયુર્વેદ શાસ્ત્ર તેને દોષ પામેલો અપાનવાયુ કહે છે. દરેકને પાચનક્રિયા થતી વખતે આવો વાયુ ઓછા વધતા પ્રમાણમાં પેદા થાય છે. પણ સ્વસ્થ અને સશક્ત જઠર અને પાચનશક્તિવાળાને એ વાયુ આપોઆપ સમાઇ જાય છે અથવા નીચે જઇ બહાર સરી જાય છે, એટલે ખાસ કરીને તેઓને પાચનક્રિયામાં એ વાયુ વિરૂદ્ધતા નથી કરતો, તેમ જ કોઇ પણ જાતની તકલીફ નથી આપતો; જ્યારે રસશેષાજીર્ણવાળાને

દરરોજ મોટી મુશીબત વેઠવી પડે છે, પ્રતિદિવસે પાચનશક્તિ મંદ પડતી જાય છે, અરૂચી વધે છે અને તકલીફ સહન કરવી પડે છે.

આવા દરદીઓ માટે દેશી વૈદકમાં અનેક ઉપાયો બતાવ્યા છે, જેમાં અગ્નિકુમાર, અગ્નિતુંડી, ક્રવ્યાદ રસ બૃહત, ક્રવ્યાદ, અજીર્ણકંટક, લોકનાથ, અજીર્ણભેદી, લવણભાસ્કર, હિંગાષ્ટક, હિંગ્વાદિ મુખ્ય છે. એ ઔષધો બે પ્રકારનાં હોય છે. વાતહર અને વાતઘ્ન. બંને પ્રકારનાં ઔષધો પાચક તત્ત્વોને વધારી, પાચનયંત્રોને જોર આપી, શિથિલ થયેલાં, નબળાં પડેલાં અને પોતાના કામમાં બેદરકાર બનતાં જતાં અવયવોને સતેજ બનાવી, ઝડપથી કામ કરતાં બનાવે છે. વાતહર ઔષધો પેટ અને આંતરડામાં થએલા કે થતા વાયુનો નિકાસ કરી નાંખી, પાચનક્રિયામાં ડખલ કરતા વાયુને ઝડપી ગતિએ બહાર કાઢી કોઇ પણ જગ્યાએ રોકાવા નથી દેતાં; છતાં આ વાતહર ઔષધો વાયુ થવાના કારણને અટકાવી નથી શકતાં, અર્થાત્ પેટમાં વાયુ પેદા થાય તેમ તેમ એનો નિકાલ કરી નાંખે છે, જ્યારે વાતઘ્ન ઔષધો વાયુનો નિકાલ તો કરે છે જ, ઉપરાંત વાયુ પેદા પણ નથી થવા દેતાં. ઉપર બતાવેલા આયુર્વેદશાસ્ત્રના અગ્નિકુમાર આદિ રસો આ દૃષ્ટિએ બહુ જ સમજીને લખાયેલા છે. જો યથાર્થ નિદાન થાય અને એ નિદાન પછી ઔષધની યોજના કરવામાં આવે તો ઘણી આસાનીથી રસશેષાજીર્ણનો દરદી સારો થઇ જાય છે. માત્ર વાયુની ગતિનું નિયમન કરી, શિથિલ પડેલાં અવયવોને મદદ આપી, કામે લગાડતાંની સાથે ફરી શરીરનું એન્જીન ચાલુ થાય છે અને એન્જીન ચાલુ થતાં બધાંયે અવયવો પોતાને કામે લાગી જાય છે. એક સિદ્ધાંત છે કે :—

कफ पंगु पित्तपंगु पंगवो मलघातवः ।
वायुना यत्रनियते तत्र गच्छंति मेघवत् ॥

શરીરમાં રહેલા વાયુ, પિત્ત, અને કફ પૈકી પિત્ત અને કફ બન્નેને પાંગળાં એટલે ગતિ નહિ કરી શકે એવાં બનાવી, વાયુની બળવત્તર

સત્તા બતાવી આપે છે કે વાયુ બન્નેને જ્યાં લઇ જાય ત્યાં તે જાય છે, જેમ આકાશમાંનાં વાદળાંનો આધાર વાયુ ઉપર હોય છે તેમ.

એક મકાન ગમે તેટલી સમૃદ્ધિવાળું, વૈભવશાળી, સાધનસંપન્ન અને અનેક સાહિત્ય તથા રાચરચીલાંથી ભરપૂર હોય, પરંતુ તેમાં જો માત્ર રસોડું અને ચુલો ચાલતો ન હોય તો તે મકાન જીવનને માટે નિરૂપયોગી છે, તેમ શરીરમાં પાચક અવયવો જેનાં બરાબર કામ કરી શકતાં નથી તેના શરીરના પાયા ખળભળવા લાગી ક્રમે ક્રમે તેમાં અનેક રોગ દાખલ થવા લાગે છે. એટલે જ શરીરને મુખ્યત્વે આધારભૂત પાચનકાર્ય બરાબર થવું જોઇએ.

આગળ કેટલાક શાસ્ત્રીય પ્રયોગનાં નામ આપ્યાં છે. છતાં મંદાગ્નિ મટાડનાર, અજીર્ણને નાબૂદ કરનાર, સરલ અને નિર્ભય થોડા નુખસા પણ આ નીચે બતાવવામાં આવે છે :

ગંધક વટી—અજીર્ણનાશક અને વાતહર : લસણ તો. ૧, શુદ્ધ ગંધક તો. ૧, સિંધાલુણ તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, મરી તો. ૧, પીંપર તો. ૧, શેકલી હીંગ તો. ૧, એ બધાનું ચુર્ણ કરી એક દિવસ ખાટા લીંબુના રસમાં ઘુંટી, ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી, ટંકે ૨ થી ૪ ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત સહેજ ગરમ પાણી સાથે ગળવી.

ગુણ—વાયુનો નિકાલ કરી અજીર્ણને મટાડી, ઉલટી, મોળ, પેટનું શૂળ, ગેસ, અજીર્ણના ઝાડાને મટાડે છે, ભૂખ લગાડે છે, દરેક માણસ નિર્ભય રીતે વાપરી શકે છે. કોલેરાના ઝાડા ઉપર સારી અસર કરે છે. માત્ર કોલેરામાં ડુંગળીના રસ સાથે આ ગોળી આપવી

દ્રાક્ષાદિ અવલેહ—અજીર્ણનાશક અને વાતહર, મંદાગ્નિ મટાડનાર. કાળી દ્રાક્ષ, જરદાલુ, મરી, સિંધાલુણ, શેકેલી ભાંગ, જીરૂ, સુંઠ, લસણની કળી, એ દરેક એકેક તોલો, ખજુર ઠળીયા વિનાની તો. ૫, હીંગ તોલો ૧, ગુલાબનાં ફુલ તો. ૧, પીંપર તો. ૧, લીંબુનો રસ તો. ૨૦, ગોળ તો. ૨૦.

બનાવવાની રીત—પ્રથમ સૂકી દવાઓ ખાંડી, જુદી રાખવી, પછી દરાખ, ખજુર, જરદાલુ વગેરેના ઠળીયા કાઢી નાંખી તેને વાટવાં અને તેમાં ગોળ તથા લીંબુનો રસ નાંખી લચકા જેવું થાય ત્યારે ઉપરનું ચૂર્ણ તેમાં નાંખી ચાટણ જેવું બનાવી બરણી ભરી રાખવી. વાસણ કલાઇવાળું અથવા ચીનાઇ માટીનું વાપરવું.

આ ચાટણ જમતાં પહેલાં લેવાથી ભૂખ લગાડી અજીર્ણ મટાડી, રૂચી પેદા કરે છે, પેટના વાયુને બેસારે છે, ખોરાક લીધા પછી તે લેવાથી પેટ હલકું બનાવી પેટમાંના વાયુનો નિકાસ કરી, ખાધેલા ખોરાકનું પાચન કરે છે. દસ્ત સાફ લાવે છે. દરેક કુટુંબમાં આવું ચાટણ બનાવી રાખી, વાપરવાની અમારી ખાસ ભલામણ છે, જેથી વૈદ્ય દાકતરમાં ખરચાતા પૈસા બચે.

વિષતિંદુકાદિ ચુર્ણ:

વાતઘ્ન અને અજીર્ણ મંદાગ્નિ ઉપરઃ ઝેરકોચલાં શેર ૧ ગોમૂત્રમાં દિવસ પાંચ પલાળવાં. પછી તેની છાલ છોલી નાંખી ઘીમાં તળી લેવાં અને ખાંડી ભૂકો કરવો. તે ભૂકામાં, સુંઠ, અતિવિષની કળી, પીપરીમૂળ, બોડી અજમો, લવીંગ, સાદો અજમો, એ દરેક તો. ૩, અક્કલકરો, લીંડીપીંપર, કાળી જીરી, મુળાનાં બીજ, ઇંદ્રજવ, શેકેલી દેકામાળી, દરેક તો. ૨, તજ તો. ૧, તેલીઓ વખમો તો. ૪, એ સર્વને નાંખી, ખાંડી તેનું ચૂર્ણ કરી રાખી મૂકવું.

પ્રમાણ—મોટી ઉંમરનાને ૧ થી ૩ વાલ, નાનાને ૦॥ થી ૧ વાલ પાણી સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત.

ઉપયોગ-વાયુ, પેટપીડ, શળ, મંદાગ્નિ. ગેસ, રસશેષાજીર્ણ, ઉલટી, ઉબકા, પેટનાં કરમ, ગોળો, ગુલ્મ, જેવાં દરેક પેટનાં દરદ ઉપર ઉમદા કામ કરે છે, પવન છોડે છે, થતો અટકાવે છે, બહુ જ વખાણવા લાયક વસ્તુ છે.

લવિંગાદિ ગુગળ: વાતઘ્ન અને મંદાગ્નિનાશક:

આકડાનાં ફુલની અંદરનાં મીંજ (રવૈડાં) શેર ૧, ગુગળ શેર ૨, લવીંગ શેર ૧.

લવીંગને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ભૂકો કરી લેવો. તેમાં ગુગળને ખાંડીને મેળવવો. રવૈડાં મેળવી, પીંડો વાળી રાતવાસી રહેવા દઇ બીજે દિવસે પીંડાની આસપાસ આકડાનાં પાન વીંટી, કપડેથી બાંધી ઉપર મટોડું ચોપડી, થોડા છાણાની અંદર મુકી બાફી કાઢવું. બાદ બહાર કાઢી ગરમ ગરમ ખાંડી, ચણા જેવડી ગોળી વાળી તડકે સૂકવી લેવી. ૧ થી ૩ ગોળી પાણી સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત લેવી.

ગુણ—મંદાગ્નિ, ખોરાક નહિ પચવો, પેટ કઠણ રહેવું, ઝાડાની કબજીયાત, શરીરની નબળાઇ વગેરેને મટાડીને ઉત્તમ ગુણ આપનાર છે.

આવા અનંત પ્રયોગો છે, પણ એ બધા આપી શકાય નહિ. ઉપર બતાવેલા પ્રયોગો સાધારણ જનતા બનાવી શકે તેવા છે, ગુણમાં ચઢીયાતા છે અને અમારા અનેક વખતના અજમાવેલા તથા દવાખાનામાં વપરાતા હોઇ, વિનાસંકોચે કોઇ પણ ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય બતાવ્યા છે. કિંમતમાં સસ્તા અને દરરોજની ફરિયાદમાં ઉપયોગમાં આવે એવા આ પ્રયોગોનો જનતા છૂટથી ઉપયોગ કરી લાભ ઉઠાવે, એવી અમારી આગ્રહભરી ભલામણ પણ છે.

卐

પ્રકરણ ૨૫મું

કબજીયાત

કબજીયાત એ આજે આ સુધારાના જમાનામાં જગદ્વ્યાપી બનેલો મહા વ્યાધિ છે. મનુષ્ય ઉદરનિર્વાહ કરવાનાં સાધનોની ચિંતાથી જેટલો વ્યાકુળ નથી જણાતો તેટલો વ્યાકુળ કબજીયાતના વ્યાધિથી જણાય છે, અને વ્યગ્ર ચિત્તે, દસ્ત સાફ આવે, નિયમિત આવે તેની બહુ ખંત ધરાવતો મનુષ્ય હરહમેશાં નવાં નવાં ચૂર્ણો, ગોળીઓ, પેટંટો શોધતો ફરે છે, તેનો ઉપયોગ કરે છે અને દિવસે દિવસે વધુ કબજીયાત ભોગવતો બની, કોઇ ખાસ વ્યાધિને શરણે જઇ પડે છે.

ઝાડા જ્યારે ન ઉતરે ત્યારે તેને ઝાડાની કબજીયાત કહેવામાં આવે છે. સાધારણ રીતે દરેક માણસને ૧૪ કલાકમાં એક વખત દસ્ત આવે છે, કોઇને દહાડામાં બે વાર પણ દસ્ત જવું પડે છે. કેટલીક વખત અપચાને કારણે કે કોઇ વખત ખાસ ખોરાકના ફેરફારને લઇને ઝાડો બંધ થઇ જાય છે અને જુલાબ લેવામાં આવે છે ત્યારે ઝાડાનો ખુલાસો થઈ, પાછો નિયમિત દસ્ત આવવા લાગે છે. આ સ્થિતિને કાંઇ બંધકુષ્ટ કે કબજીયાત કહેતા નથી; પરંતુ ઝાડો નિરંતર કબજ રહે છે એટલે કે જોઇએ તેટલા ખુલાસાથી ઝાડો ઉતરતો નથી, ઉતરવામાં અધિક સમય લાગે છે એને કબજીયાત કહે છે; અને આવી રીતે જ્યારે કબજીયાત રહેવા લાગે છે એટલે ભૂખ બરાબર લાગતી નથી, પેટ અને પેડુ ભારે જણાય છે, આળસ આવે છે, સુસ્તી, બેચેની, મગજ ભારે, કામ કરવામાં કંટાળો આવવો એ કબજીયાતની પ્રથમ નિશાની છે.

આપણે જે ખોરાક ખાઇએ છીએ તેમાંથી તમામ કસ પાચન–અવયવો ચૂસી લે છે અને તદ્દન નિઃસાર પદાર્થ ઝાડા વાટે બહાર

કાઢે છે, ઝાડે જઇ આવ્યા પછી મન પ્રસન્ન, શરીર હલકું ફુલ જેવું, પેટ મુલાયમ, સ્વચ્છ ઓડકાર અને પવન–અધેાવાયુ તદ્દન વાસ વગરનેા જણાય તેમજ ત્યાગેલેા મળ પણ વાસ વગરનેા, બંધાયેલેા, ઝાડે જતી વખતે ગુદાની કુંડલીને બગાડયા સિવાય, વગર મુશ્કેલીએ, સાધારણ પીળાશ લેતેા, સહેલાઇથી ઉતરી પડે, ત્યારે તે મનુષ્ય કબજીય તના દરદ સિવાયનેા ગણી શકાય. આપણે જોઇએ છીએ કે જાનવરેા ઘાસ અને કડેાળ જેવા કાચા પદાર્થો ખાય છે છતાં તેમની મળત્યાગની ક્રિયા કેટલી સહેલાઇથી, વગર મુશ્કેલીએ અને તાત્કાલિક થઇ જાય છે. અને વળી જાનવરેાને પાણીથી સાફ કરવાની જરૂરીયાત રહેતી નથી; જ્યારે મનુષ્યેા બિચારા મળત્યાગ માટે કેટલી બધી તકલીફ, કૃત્રિમતા અને જહેમત ઉઠાવતા જણાય છે? ઘણાને ચહા પીવાથી દસ્ત આવે છે, ઘણાંને બીડી સીગારેટ પીધા પછી જ દસ્ત ઉતરે છે, કેટલાકને જંગલ જતાં પહેલાં ચુના સાથે ચેાળેલી તમાકુનેા ફાકડેા મારવેા પડે છે, કિંવા પાન સેાપારી ને તમાકુ ચાવવાં પડે છે, જ્યારે કેટલાક મહારથીઓને તેા દસ્તની ચાલુ ક્રિયામાં જ બીડીના ધુમાડાના ઘુંટડા ગળવા પડે છે અને મહા મહેનતે મળત્યાગ થાય છે! અનેક લેાકેા રાત્રે સૂતી વખતે દસ્ત સાફની ફાકી–ફાકા ભરી સવારના પહેારે પેટ સાફ થાય તેની અરજ ગુજારતા જોવામાં આવે છે. આવા પ્રયત્નેા પછી પણ જો દસ્ત સાફ નથી થતેા તેા મહા ચિંતાએ ઘેરાએલા વહેમથી વિચાર કરતા અને આફતનું જાણે વાદળ ઘેરાયું હેાય તેમ વાતવાતમાં કબજીયાતનેા કંટાળેા વ્યક્ત કરી, મેાટા દુશ્મનને નિવારવા સમુદ્રમાંથી સાચા મેાતી શેાધનાર મેાતીગરાની મહેનત જેટલા પ્રયત્નશીલ બને છે, છતાં તેમનેા કબજીયાતરૂપી કટ્ટો દુશ્મન હઠતેા નથી. કેમ હઠે? તેમનેા પ્રયત્ન પશ્ચિમમાં સૂર્યને શેાધવાનેા અને સસલાને શીંગડાં લાદવા જેવેા હેાય છે.

કબજીયાત કેમ થાય છે. એ શેાધવું જેટલું અત્યંત ગહન લાગે છે તેટલું જ તે સહેલું પણ છે. કબજીયાતને વહન કરતાં પાત્રેાની તપાસમાં

ઉતરો. ગ્રામ્યજીવન ગાળતા ખેડુતો–કીસાનો, શારીરિક મજૂરી કરતા મજદુરો, સાદા ખોરાક ઉપર નિર્વાહ કરતા મધ્યમજીવીઓ તેમજ ઉચ્ચ કેળવણી નહિ પામેલી પછાત કોમોમાં કબજીયાત વ્યાપક નથી બન્યો; જ્યારે શ્રીમંતો, શહેરવાસીઓ, સુધારકો અને શરીરની ચિંતા ધરાવતા સાક્ષરોને તથા આ વર્ગનો સંસર્ગ ધરાવતા કે અનુકરણ કરતા છેલબટાઉઓને એ કબજીયાતરૂપી મહામાયા શા માટે સતાવી રહી છે એનો જો ઠંડા કલેજે વિચાર કરવામાં આવે તો ચટ દઈને સમજાઈ જાય એમ છે કે જીવનની કૃત્રિમતાને જ એ આભારી છે. કબજીયાત થવાનાં થોડાંક પ્રાથમિક કારણો આ રહ્યાં :

(૧) ઝાડો, પેશાબ તથા અપાનવાયુને રોકી રાખવાથી કબજીયાત થાય છે, ઘણા માણસોને એવી ટેવ પડી જાય છે અને તેઓ કામને લીધે કુદરતી વેગોને રોકી પોતાનું શરીર બગાડે છે.

(૨) આંતરડાનો કોઈ ભાગ સંકોચાઈ જવાથી અથવા કોઈ ગાંઠનું તેના ઉપર દબાણ થવાથી દસ્ત સાફ ઉતરતો નથી. સ્ત્રીઓને ગર્ભાવસ્થામાં મલાવરોધ થાય છે તેનું કારણ ગર્ભની થેલીનું દબાણ હોય છે.

(૩) વૃદ્ધાવસ્થાને લીધે અથવા બીજાં કારણોથી આવેલી નબળાઈને લીધે પેટના સ્નાયુ કમકૌવત બને છે. એથી મળને નીચે ઉતરવામાં જે જોર મળવું જોઈએ તે નથી મળતું. એને લીધે મળ સફરામાં ભરાઈ રહે છે અને પૂરતી હાજત હોવા છતાં મળ બહાર નથી આવી શકતો.

(૪) કોલન અથવા સફરો મંદ પડી જવાથી તેમાં ઝાડો ભરાઈ રહે છે.

(૫) કલેજું, પાંક્રિયાઝ તથા બરોલ જે પાચનક્રિયાને મદદ કરવાવાળાં છે તેમાં કોઈ વિકાર થાય તો તે અવયવો જોઈએ તેટલા પ્રમાણમાં આંતરડાની ક્રિયાને મદદગાર થઈ શકતાં નથી અને તેથી પણ ઝાડાની કબજીયાત થાય છે.

(૬) તાવ, હરસ, યકૃત, મગજનાં અને બીજાં પણ કેટલાંક દરદોમાં ઝાડાની કબજીયાત રહે છે.

(૭) ન પચે તેવો જડ ખોરાક ખાવાથી તેમ જ જાથુની ખરાબી ભરેલી કેટલીક ટેવથી પણ કબજીયાત થાય છે.

(૮) દારૂ, તંબાકુ, અને ચહા પીવાની આદતવાળાને હમેશાં કબજીયાત રહે છે.

(૯) ખાઇ પીને એક જ જગ્યાએ બેસી રહેવાની ટેવવાળા, જેઓ ઓછામાં ઓછું દરરોજનું એકાદ બે માઇલ પણ ફરતા નથી તેમને જરૂર કબજીયાત થાય છે; કારણ કે તેમનાં આંતરડાંને હલન-ચલનથી જે ક્રિયા મળવી જોઇએ તે નથી મળતી.

(૧૦) વારંવાર જુલાબ લેવાની ટેવથી કબજીયાતનો રોગ થાય છે, કારણ કે કુદરતી કાયદો એવો છે કે વધારે મહેનત કર્યા પછી વધારે મુદત સુધી વિશ્રાન્તિ લેવી પડે છે. તે પ્રમાણે ઘડીએ ઘડીએ જુલાબ લેવાથી આંતરડાંને પોતાની શક્તિ ઉપરાંત કામ કરવું પડે છે, અને તેથી જુલાબ લીધા પછી વધારે વખત સુધી તે પોતાનું કામ કરવામાં સુસ્ત બને છે. જુલાબથી એક વાર તો પેટ સાફ થઇ શરીર હલકું પડે છે, પણ થોડા જ વખતમાં પાછો કબજો અને ભરાવો થઇ જાય છે અને દારૂના વ્યસનના જેવો બનાવ બને છે. જેમ દારૂ પીનારને દારૂ વિના ચાલે નહિ, તેમ વારંવાર જુલાબ લેનારને જુલાબની ટેવ પડી જાય છે અને તેથી ખરાબી થાય છે.

(૧૧) વીર્યની નબળાઇથી તેમ જ વધારે વિષયસેવનથી પાચન-શક્તિ ઓછી થાય છે તથા કબજીયાત થાય છે અને એ કબજીયાતને લઇને સ્વપ્નદોષ, તથા સ્વપ્નદોષને લઇને કબજીયાત એમ અરસપરસ ગાઢો સંબંધ જોડાઇ જાય છે.

આ રીતે કબજીયાતનાં કારણો અનેક છે, અને ખાસ વ્યાધિને અંગે થતી કબજીયાતની વાત આપણે બાજુ ઉપર રાખીએ તો, અત્યારે ઘણા જ પ્રમાણમાં લગભગ દરેક માણસને કબજીયાત જોવામાં આવે છે. એનું કારણ તો આજે વધી પડેલાં મોજશોખનાં સાધનો અને આહારનું વિષમપણું તેમ જ વગર કારણે જડ ઘાલી બેઠેલાં વ્યસનો છે. તેની સાથે આજનો ખોરાક પણ એવી શૈલીનો બન્યો છે કે તે જરૂર કબજીયાત કરે છે.

આપણાં અનાજો, કઠોળો, શાકભાજીઓ, અરે ઘી તેલોને આપણે કુરૂપ બનાવીએ છીએ. જો એના મૂળ સ્વરૂપને—એમાંથી ઉપયોગી તત્ત્વો અને ક્ષારોને જાણી જોઈને કાઢી નાંખવામાં ન આવે તો આપણા જેવી શાકાહારી પ્રજાને કદાપિ કબજીયાત થાય નહિ, તેમ જ વિટામીન શોધવા માટે કોડલીવર ઓઈલો અને વિદેશી દવાઓની જરૂર પણ પડે નહિ.

પરંતુ જેમ જેમ આપણો ઉપરની સફાઈનો મોહ વધતો ગયો છે, જેમ જેમ ખોરાકને વધારે સ્વાદિષ્ટ બનાવવા તરફ આપણે લક્ષ દોર્યું છે, તેમ તેમ આપણા ખોરાકો આહારની જરૂરીઆતોવાળા મટીને સ્વાદની જરૂરીઆતોવાળા બન્યા છે.

એક દાખલો આપું: તુવેરદાળ : હવે કહો, તુવેરદાળ બનાવવા માટે આપણે એના ઉપર કેટલો ઓપ ચડાવીએ છીએ અને એના ઉપર કેટલા પદાર્થો નાંખવામાં આવે છે? મીઠું, હળદર, ખાંડેલું લાલ મરચું, લીલું મરચું, આંબલી, ગોળ, રાઈ, મેથી, હીંગ, જીરૂં, ધાણા, કોથમરી, મગફળી, ખારેક, રીંગણાં, ટામેટા, તેલ, લાલ આખાં મરચાં વગેરે. એક તુવેરદાળ બનાવવામાં અઢાર ચીજોનો પ્રક્ષેપ થાય છે. આ બધી ચીજોની જરૂર શી છે એ કોઈ સમજાવતું નથી. માત્ર તે સ્વાદદાર વધુ બને તે સિવાય બીજું કારણ કોઈ બતાવી શકતું નથી. પણ આટલાં બધાં વિજાતીય દ્રવ્યો નાંખવાથી તુવેરદાળનો મૂળ સ્વાદ, તેની

લહેજત અને ગુણ બધાં ઉડી જાય છે. ખરી રીતે તો તુવેરદાળમાં મીઠું હળદર અને ન ચાલી શકે તેને માટે થોડું મરચું લઇને ખાવાથી તુવેરદાળનો સ્વભાવિક સ્વાદ અને તેની મજા લઇ શકાય. પણ વધુ ને વધુ સ્વાદની ઇંતેજારી ધરાવતી બરડ બનેલી જીભને સ્વાદમાં આગળ વધ્યા પછી પાછું ફરવું ગમે કેમ ?

એવી જ રીતે છીલટા કાઢી નાંખેલા ઘઉં, ફોતરા વગરનાં કઠોળ, ઓસાવીને રાંધેલા ભાત, ખૂબ તેલમાં તળેલાં શાકભાજી, બારી કાઢેલા બટાટા, તર વાળી દીધેલું દૂધ, સેપરેટ દૂધને મેળવીને બનાવેલું દહીં, ઘીના નામે વેચાતું વેજીટેબલ ઘી, ઉપરાંત ખાવામાં અનિયમિતપણું, ખાંડની અતિ વપરાશ, બજારની મીઠાઇ અને ફરસાણ ખાવાની ટેવ, રાતના ઉજાગરા, દિવસની દીર્ઘ નિદ્રા, ફરવા જવાની બાધા, દહાડામાં દસ વખત હોટેલમાં હાજરી અને ચાહ કોફીના ઉકાળા, વધારે પડતાં ઠંડાં પીણાં, તેમ જ આખાય જીવનમાં સર્વાંગ અનિયમિતતા—આ બધાં કબજીઆતને કરવાનાં અને તેને નિભાવી રાખવાનાં બહુ સારાં સાધનો હોય છે.

આ ઉપરાંત આજે હિંદના મધ્યમ શહેરનાં જાજરૂ કે જ્યાં ગટર-કનેકશન નથી હોતાં એ જાજરૂઓ સાક્ષાત્ નરકાગારની ઉપમાને લાયક છે. અમદાવાદ જેવા શહેરનું જૂની ફેશનનું, ખુલ્લા છાપરાનું, બારણા વગરનું, પંચનું જાજરૂ જુઓઃ એ જાજરૂમાં મોઢા ઉપર કપડાનો ડૂચો મારી કમકમતા દિલે દાખલ થઇને હાજતની શંકાનું સમાધાન થાય ત્યાંસુધી રોકાઇ રહેવું, એ જાણે છતા દેહે યમલોકના રૌરૌ નરકમાં પડવા જેવો ખ્યાલ આપે છે. એવા સ્થળમાં સાફ મળ ન ઉતરે એ બનવા જોગ છે. જાજરૂને કેમ સ્વચ્છ રાખવાં એ આપણા લોકો બહુ જ ઓછું સમજે છે. પણ જીવનની જરૂરીયાતનાં સાધનોમાં રસોડા કરતાં જાજરૂની કિંમત જરાએ ઓછી નથી, બલકે ઘણી વધારે છે. ડો. બસુ કહે છે કે 'કોઇ પણ પ્રજાની સંસ્કૃતિનું માપ તેના જાજરૂની સ્વચ્છતા ઉપરથી નીકળે.' આસલ જાજરૂ

થુંકના ગળફા, બીડીનાં ઠુંઠાં, માંખોનો ગણુગણાટ, અહીં તહીં બાઝેલાં જાળાં, એક જ જગ્યાએ પડતાં મળ, પાણી અને મૂત્ર—આ બધું ઘરઆંગણામાં કે મહોલ્લાની મધ્યમાં, હરહમેશાં વિદ્યમાન હોય તેવી પ્રજાનું આરોગ્ય કઇ રીતે સચવાય ? આપણા ચુસ્ત ધર્માનુયાયીઓ જરાક સ્પર્શાસ્પર્શથી માથાબૂડ સ્નાન કરે છે, પણ એમનાં જાજરૂ તપાસો તો અસંખ્ય માખીઓ મળ ઉપર બેસી આવે, પાછી તેમનાં રસોડામાં દાખલ થઇ, ખોરાક ઉપર બેસે છે અને એને રોકી શકાતી નથી ! કેટલો બધો ભ્રષ્ટાચાર ! છતાં અમે મરજાદી ! !

પૂજ્ય મહાત્મા ગાંધીજીએ ઘણી બાબતોમાં આપણને નવી દૃષ્ટિ આપી છે. તેમ આ વિષયમાં પણ એમણે ખૂબ પરિશ્રમ કર્યો છે. સત્યાગ્રહાશ્રમનાં જાજરૂ જેણે જોયાં હશે તે જાજરૂ કેવાં હોવાં જોઇએ એ સમજી શકયા હશે. તદ્દન સાદાં, બીનખર્ચાળ પણ સ્વચ્છતા અને સફાઇના નમૂનારૂપ એ જાજરૂ ઉપરથી આપણે ધડો લેવો જોઇએ.

પ્રથમ તો મળ અને પાણીની બંને ડોલો જુદી રાખવી જોઇએ. પાણીની ડોલ ઉપર એક કાણાવાળું ઢાંકણું રાખવું જોઇએ. જાજરૂની ઉપરની બેઠકના ભાગમાં પણ એવી વ્યવસ્થા—ગોઠવણ કરવી જોઇએ કે પેસાબ પાણી જુદા રસ્તે થઇને જ ડોલમાં પડે.

જાજરૂની અંદર માટી અથવા રાખોડીની એક ડોલ ભરી રાખવી જોઇએ. દરેક માણસ જાજરૂ જઇ આવ્યા પછી ખોબો ભરીને માટી ત્યાગેલા મળ ઉપર નાંખે. તેથી માંખીઓ ઉપર બેસે નહિ અને એ મળનાં રજકણો આપણા ખોરાક ઉપર લાવે નહિ. તેમ જ દર ચોથા દિવસે કે અઠવાડિએ ફીનાઇલ છાંટી જાજરૂનો અંદર અને બહારનો ભાગ ધોવરાવી કાઢવામાં આવે તો એ જાજરૂમાં મળત્યાગ કરવા જવાને અત્યારે જે મુશ્કેલી, કમકમાટી ભોગવવી પડે છે તેમાં ફેરફાર થઇ જાય. પરંતુ આ બહુ જ અગત્યની બાબત ઉપર આપણા સમાજનું ધ્યાન પહોંચતું નથી. વિટામીનો અને વિજ્ઞાન ઉપર મોટાં ભાષણો ભરડનાર

વિદ્વાનો, લોકોની સુખાકારી માટે તેમના લક્ષ ઉપર આવી નાની બાબતો ખૂબ જોરપૂર્વક લાવવા પ્રયત્ન કરતા હોય તો લાંબા દિવસે પણ સુધારો થતો જાય.

આવા જાજરૂમાં જઇ આવી, કપડાં શીખે સ્નાન કરવું ખોટું નથી. જુની રૂઢીથી રંગાયેલાં માનવીઓ કપડાં બદલી જાજરૂ જઇ આવી સ્નાન કરી લે છે તે આદર્શ સ્વચ્છતાની દૃષ્ટિએ ઘણું સુંદર છે, જ્યારે નવી કેળવણી પામેલા માણસો પરદેશીઓની માફક બધાં કપડાં પહેરીને જાજરૂમાં જાય છે એ ખરી રીતે યોગ્ય નથી. કારણ કે પરદેશીઓનાં જાજરૂ એવાં હોય છે કે તેમાંની સ્વચ્છતા અને સુઘડતાને લઇને તેઓ જાજરૂ જઇ આવી સ્નાન ન કરે કે કપડાં ન બદલે તો કદાચ ચલાવી શકાય, પણ આપણાં જાજરૂ તો કપડાં બદલવાની અને સ્નાન કરવાની ખાસ આવશ્યકતા સૂચવે છે. અને એમાં ધાર્મિક દૃષ્ટિ ન રાખીએ તો પણ આરોગ્ય અને સ્વચ્છતાની દૃષ્ટિએ તે બહુ જ જરૂરનું છે.

આ બાબત મ્યુનિસિપાલીટીઓના સત્તાધારીઓને અને સ્વતંત્ર જાજરૂ વસાવનારાઓને પડઘમ બજાવીને સંભળાવવી જોઇએ કે જાજરૂને સંપૂર્ણ સ્વચ્છ અને આદર્શ રૂપ બનાવવાં એ મનુષ્યની સુખાકારીનો મહામંત્ર છે.

卐

પ્રકરણ ૨૬મું
માનસિક વ્યગ્રતા

માનસિક વ્યગ્રતા એ પણ કબજીયાતનું એક જબરૂં કારણ છે. દુનિયા ધીમે ધીમે પણ માનસિક વ્યગ્રતામાં એટલી બધી આગળ વધતી જણાય છે કે જેની કોઇ પણ ક્રિયા શાંત ચિત્તે—એકાગ્ર ચિત્તે થતી હોય એમ ન લાગે. મારા એક મિત્ર લઘુશંકા (પેસાબ) કરવા જાય ત્યાં લગભગ દશબાર મીનીટ બેસી રહે. મેં ધાર્યું કે એ ભાઇને મૂત્રાઘાતનો રોગ હશે, પણ મારી માન્યતા ખોટી પડી. એમને રોગ કોઇ પણ જાતનો નહિ. .માત્ર માનસિક ચિંતા અને વિચારોની એવી એ ભાઇ ઘટમાળ ચલાવ્યા કરે કે પોતે કઇ ક્રિયામાં પ્રવૃત્ત થયા છે અથવા શું કરવા બેઠા છે એ ભૂલી જાય. એટલે એમની ઇચ્છાશક્તિ સ્નાયુને ક્રિયામાં લાવવાનું ફરમાન કરવું છોડી દઇ તેમના વિચારતરંગોની સાથે જોડાઇ જાય, અને તેથી લઘુશંકા કરવા બેઠા છતાં પેસાબ આવે નહિ. પણ જ્યારે સ્મૃતિ થાય અને ઇચ્છાશક્તિને કામે લગાડે ત્યારે પેસાબ આવે. આ જાતનો એક નહિ તો બીજે રસ્તે પણ દરેકને અનુભવ થયો હશે. આપણે અમદાવાદ કે મુંબઇ જેવા શહેરોમાં ફરવા નિકળ્યા હોઇએ અને પેસાબની હાજત થઇ હોય છતાં મુતરડીનું સાધન નહિ હોવાને કારણે એ હાજત અટકાવી દેવામાં આવે અને મન કોઇ બીજી બાજુ પરોવાઇ જાય, એટલે આપણને હાજત હોવા છતાં આપણે ભૂલી જઇએ છીએ. તે પછીથી સાધન મળતાં અથવા ઘેર જતાં યાદ આવે છે. આવી જ રીતે જાજરૂમાં જવા છતાં સેંકડો મનુષ્ય વ્યગ્રતાથી વીંટાયેલા મનવાળા સુખપૂર્વક હાજત પૂરી કરી શકતાં નથી. કારખાનામાં કામ કરતા મજુરો ઉપર માલીકની દેખરેખ અને દરમ્યાનગીરીથી જેટલું સરસ કામ થાય તેટલું તેની ગેરહાજરીમાં ન થાય એ દેખીતી વાત છે. એવી જ રીતે શરીરનાં દરેક નાનાં મોટાં કામ કરતાં યંત્રો—અવયવો ઉપર માલીક-

મન છે. એ મન પૂર્ણ શક્તિથી ઇંદ્રિયો ઉપર પોતાની સત્તા જમાવે છે ત્યારે અવયવો બહુ સારી રીતે કામ કરતાં રહે છે. પરંતુ મનને બીજી જ કોઇ આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિની ઘટમાળમાં પરોવવામાં આવ્યું હોય અને પછી અવયવને ખુલ્લાં મૂકે તો પણ એ કામ પૂરે-પૂરું બજાવી શકતાં નથી; તેમ જ સંશય સેવનાર મન પાસે પણ એ સીધાં કામ કરતાં નથી. એટલે જ હાજતના નિકાલ માટે પૂરી માનસિક એકાગ્રતાની જરૂર છે. અને 'આજે મને ઝાડો સાફ આવશે જ' એમ દૃઢ નિશ્ચય કરનાર પાસે કબજીયાત જેવો કટ્ટો શત્રુ પણ નમતું આપી દે છે.

કમાડને લગાડેલાં લોઢાનાં મજાગરાંને જો વાસ–ઉઘાડ કરવામાં ન આવે તો થોડા જ વખતમાં તેને કાટ લાગી તેનો વિનાશ થઇ જાય છે. એમ આપણાં શરીરનાં અવયવો કુદરતે જે કામ માટે સોંપ્યાં છે તે કામ તેની પાસે કરાવવામાં ન આવે તો તેનો પણ આખરે વિનાશ થાય છે.

આથી જ આપણા હિંદના અનિયમિત જીવન ગાળનારા મનુષ્યો બહુ નીરોગી રહી શકતા નથી. જે પ્રજામાં જીવનનું ધ્યેય નથી, અર્થાત્ જે ધ્યેયહીન જીવન ગુજારી રહી છે, જે માત્ર વેપાર રોજગાર, પૈસા, નોકરી, ખુશામદ, દોડધામ, ખટપટ, મોટાઇ અને એષણામાં જ પોતાનું ઇતિકર્તવ્ય સમજે છે તેના જીવનમાં આનંદ કેવો! તેના જીવનમાં નીરોગીપણું અને તંદુરસ્તી કેવાં?

સવારના સાતથી રાતના નવ સુધી ગાદી–તકીયા ઉપર કે ખુરશી–ટેબલ ઉપર બેસી રહી, ચક્રવર્તી રાજ્યની કે ઇંદ્રના વૈભવની ઇચ્છા સેવનાર 'ઘડીમાં રાજા ભોજ અને ઘડીમાં ગાંગો તેલી'ની માફક મનને ઘડી ઘડીમાં બહેકાવી, જાણે પોતાના જેવો સમર્થ, સુખી, બુદ્ધિમાન કોઇ નથી, એમ મેરૂના શિખર ઉપર બેસારી આપે; અને વળી તત્કાળ "અરે હાય મારા જેવો દુઃખી કોણ? મારો શો વૈભવ! ક્યાં મોટર!

ક્યાં બંગલો ? અરેરે મેં શાં પાપ કર્યાં હશે ? ' એમ રસાતળના સાતમા પગથીયે ચાંપી દેનાર મનસ્વી આત્માઓ સુખમાંથી પણ સુખ નથી મેળવી શકતા, તો પછી દુઃખમાંથી સુખ ક્યાંથી શોધી શકે ? હિંદવાસીઓ કુદરત ઉપર અવલંબન ધરાવતા ક્યારે થશે ?

અહોહો ! સાયંકાળ થાય, વેપારીઓ વેપાર છોડે, કારખાનાંવાળા કારખાનાં બંધ કરે, મજદુરો મજુરી મૂકે, સર્વ કોઇના ગળામાં લાગેલા ફાંસલાને છૂટા મૂકવામાં આવે, સર્વ કોઇ સમોવડીયા સાથે ફરવા નિકળી પડે, જ્યાં લીલાંછમ ખેતરો હોય, જ્યાં કલ્લોલ કરતી સરિતા વહન કરતી હોય, પૃથ્વીએ લીલાં પટકુળો પરિધાન કર્યાં હોય, જ્યાં ઉદધિ મદમસ્ત બની છોળો ઉછાળતો હોય, જ્યાં પર્વતની હારમાળા ઉપર વૃક્ષોને આલિંગન આપી વેલીઓ પરાગ વરસાવતાં પુષ્પોથી કિલકિલાટ કરી રહી હોય, જ્યાં મંદમંદ પવન આવતો હોય, પક્ષીઓ પોતાનાં નિવાસસ્થાન તરફ ઉડી રહ્યાં હોય, જ્યાં ક્ષિતિજ ઉપર લાલચોળ સૂર્ય લટકી રહ્યો હોય અથવા દિનની ઝળકતી જ્યોતિ–વધૂનો વિયોગ સમીપ આવતો જોઇ આકાશ પોતાની જાતને, સંધ્યાદેવીને ઉષા કરતાં પણ વધારે ભાવથી અર્પી દેતું હોય, તેવે વખતે સર્પ જેમ કાંચળી છોડી જાય છે તેમ તનમનનાં બધાં આવરણોને પૂરાં કરીને પ્રફુલ્લ મને, વિકસિત હૃદયે, વાતાવરણમાંથી પ્રાણવાયુનું પાન કરતો નરમાનવ એ ગલીચ ગલીઓ, ધુધવતાં માનવસાગરો, ગુંગળાવતા મીલના ધુંવાઓ, હૃદય ભેદતા મોટરના અવાજો, ઝબકતા વિદ્યુત તારલાઓનો ત્યાગ કરી, ઇશ્વરની લીલાનું નિરીક્ષણ કરતો, ધરતી માતાની છાતી ઉપર ડગ ભરવા લાગે એ વખતે શી મઝા ! કેવો અલૌકિક આનંદ ! કેટલું સુંદર દશ્ય,! એ પિયૂષનું પાન કરનાર, એ અલખ આનંદ લૂંટનાર જાણે કોઇ નવી સૃષ્ટિમાં આવ્યો હોય એમ જણાયા વગર રહે નહિ. તેનાં બધાંએ દુઃખો, બધીએ વ્યાધિઓ દૂર ખસી જઇ ઘડીભર માટે તેને સાચો સંન્યાસી બનાવી એ વનરાજી ગુપ્તચર મારફત તેને મૂક ઉપદેશ આપી દે છેઃ 'ઓ માનવપ્રાણી ! માર્યો–માર્યો ફરતો ઓ

માનવ પ્રાણી! શા દુઃખે તું દુઃખીઓ છે? તને સચરાચર જીવોમાં માનવ બનાવ્યો છે, મહાત્વાકાંક્ષાઓ, લોલુપતાઓનો ત્યાગ કરી, ભમરો પદાર્થમાંથી–પુષ્પોમાંથી જેમ પરાગ ગ્રહણ કરી લે છે, મધમાખીઓ સારા સારા રસ ખેંચી તેમાંથી મધુ બનાવે છે, તેમ અસાર જણાતા સંસારમાંથી પણ શોધનારને સાર મળી રહે છે.

'તારી જીવનયાત્રાને આનંદોર્મિ ઉછાળતી સભર રસભરી નંદનવન સમી હરિયાળી બનાવ કે મધ્યાહ્નના તાપથી તપ્ત બનેલી મરૂભૂમિના મૃગજળ સરીખી વહાવ. એ તારા જ હાથમાં છે, તારા જ મનોસામ્રાજ્યની સત્તામાં છે. એકાદ ફાટી તૂટી કંથાથી વિભૂષિત, એકાદ કાષાય વસ્ત્રથી વેષ્ટિત, એકાદ જલપાત્ર જેવાં સાધન સહિત કોઇ ગિરિની ગવ્હર ગુફા કે તળેટી પર દૈવઇચ્છાએ મળતા અન્નોદકથી સંતુષ્ટ કેટલો દુઃખી છે, અને વિવિધ સાધનો તથા ખમા ખમા કરનારની જેને ખોટ નથી અને પાણી માગતાં દૂધ જેની ગટરોમાં વહે છે તે કેટલો સુખી છે, તે તો તારાં અંતઃચક્ષુથી નિહાળતાં જ તું જાણી શકશે.'

પ્રિય વાચકને એમ લાગશે કે હું ફરજીયાતનો વિષય લખતાં વિષયાંતર કરી રહ્યો છું; પરંતુ હું એ કહેવા માગું છું કે પ્રભુએ પગ ચાલવા આપ્યા છે છતાં તેનો ઉપયોગ નહિ કરનારને શા માટે ફરજીયાત ન થાય? ફરવા જવાથી–નિયમિત ફરવા જવાથી, સ્હવાર સાંજ ફરવા જવાથી રક્ત શુદ્ધ બને છે, શરીરને પ્રાણવાયુ (ઓક્સીજન) મળે છે, દરેક અવયવ ખૂબ જોરથી કામ કરવા લાગે છે, પેટમાં નાંખેલો ખોરાક ક્રમે ક્રમે નીચે ઉતરતો જાય છે અને મોટા આંતરડામાં લાગેલો મળ કસરત મળવાથી ધકેલાઇ સાફ થાય છે.

હું જો આ દેશનો સત્તાધીશ હોઉં તો ફરજીયાત દરેકને પગે ચાલી ફરવા જવાનો કાયદો કરૂં અને એ આજ્ઞાનો ભંગ કરનારનો સખ્ત દંડ કરવામાં રંચભાર પણ દયા ન લાવું.

પરદેશીઓના બીજા રીતરિવાજો તો ગમે તેવા હોય પરંતુ એમની નિયમિતતા જરૂર વખાણવા જેવી છે. તેમનું સૂવું, ઉઠવું, કામ કરવું, ખાવું, પીવું અને દરેક ક્રિયા બહુ જ નિયમસર, વખતસર અને પદ્ધતિસર હોય છે; જ્યારે આપણે આજે સાડાઅગીઆરે જમ્યા અને આવતી કાલે કોઇ લાભનો લકુંઓ મળી જતો હોય, કોઇ વિશ્વાસુ ગ્રાહક પાંચ પચીસ રળાવવા હાથ પડી ગયો અને ત્રણ વાગે જમવામાં આવે તો પણ વાંધો નહિ! આજે રાત્રે આઠ વાગે સૂતા અને કાલે રાત્રે એક વાગે સૂઇએ તેની પરવા નથી! આજે એકાદશીનો ઉપવાસ કરી નાંખ્યો અને કાલે કોઇ યજમાન મળી જાય તો અડધો ડઝન લાડુનો ઉદરવાસ કરાવવામાં આપણે જરાયે સંકોચ કરીએ એવા નથી! અર્થાત્ કહેવાનો આશય એ છે કે આપણે જેટલું અનિયમિત જીવન ગાળીએ છીએ, જેટલા શરીર પ્રત્યે બેદરકાર રહીએ છીએ એટલું જ આપણને શારીરિક નુકસાન સહન કરવું પડે છે; અને પછી જ્યારે આપણને થોડો વ્યાધિ થાય છે ત્યારે આપણે વહેમે ચઢી જઇને વૈદ્ય ડાકટરોના ઉંબરા ઘસવા શરૂ કરીએ છીએ.

કબજીયાત મટાડવા માટે ખાસ ઔષધની યોજના નથી. માત્ર તેનાં કારણો દૂર થાય, ટાઇમસર દરેક ક્રિયા કરવામાં આવે, ખોરાક હિતકર લેવાય, શરીરને કસરત આપવામાં આવે તો જરૂર કબજીયાત નાશ પામી જાય છે અને કબજીયાત દૂર થઇ એટલે ઘણી નાની નાની ફરિયાદો શમી જાય છે. દસ્ત સાફ લાવનારા ઉપાયો પૈકી **ઉષાપાન**, એટલે સવારમાં વહેલા ઉઠી, રાત્રે ત્રાંબાના લોટામાં ભરી રાખેલ પાણી નિયમસર દરરોજ પીવાથી દસ્ત સાફ આવે છે. તેમાં પણ એ પાણી પીને દિશાએ જવાને લોટો લઇ જાજરૂમાં નહિ જતાં જંગલમાં એકાદ માઇલ ચાલીને જનારને જરૂર સારો ફાયદો થાય છે. પાણી મોઢેથી નહિ પીતાં નાકથી પીનારને એથી પણ વિશેષ લાભ થતો જોવામાં આવે છે, કવિનું કથન છે કેઃ—

विगत घननिशिथे, प्रातरुत्थाय नित्यं ।
पिबति खलु नरो यो, घ्राणरंध्रेण वारि ॥
सभवति मतिपूर्णः चक्षुषाताक्ष्यं तुरयो ।
वलिपलित विहीनः सर्व रोगै विमुक्तः ॥

અર્થ: રાત્રિનો અંધકાર મટી ઉષાનો આવિર્ભાવ થાય એ વખતે ઉઠીને જે મનુષ્ય નાકથી પાણી પીએ છે તેની બુદ્ધિ ખીલે છે, તેની આંખો ગરૂડ જેવી તેજસ્વી થાય છે. વળિયાંપળિયાંથી તે મુક્ત રહે છે અને કબજીયાત મટી સર્વ રોગથી મુક્ત રહી શકે છે.

ગરૂડ જેવી આંખો એ કવિની ભાષા છે, પરંતુ તેનો અર્થ આંખો સુધરે છે એવો જ કરવો. વળીયાંપળિયાંથી મુક્ત રહી શકાય એ દેખીતું છે. જે મનુષ્યનું રક્ત શુદ્ધ હોય, પાચનક્રિયા અબાધિત હોય, નિયમિત મલોત્સર્ગ થતો હોય એવા માણસનું આરોગ્ય સારૂં રહી, માથે ધોળા વાળ અને મોઢે કરચલી ન આવે એ દેખીતી વાત છે. એટલે એકંદર ઉષ:પાન કબજીયાતનો નાશ કરે છે, એટલું જ નહિ પરંતુ બીજા અનેક વ્યાધિને મટાડી શરીરને તંદુરસ્ત રાખે છે. રાત્રે સૂતી વખતે ગરમ દૂધમાં જરા ઘી નાંખી પીવાથી દસ્ત સાફ આવે છે. તાંદળજો, મેથી જેવાં પાંદડાંવાળાં શાકો લેવાથી દિવસમાં બે ત્રણ વખત સોડાં બાય કાર્બ પાણી સાથે લેવાથી, પેટ ઉપર રાત્રે માટી પલાળી પેડુ ઉપર બાંધી રાખવાથી, શિર્ષાસન કરવાથી, મયૂરાસન કરવાથી, મત્સ્યાસન કરવાથી પણ દસ્ત સાફ આવે છે. આવા કુદરતી ઉપચારો કરવાથી પણ જો કબજીયાતનો નાશ ના થતો હોય તો કોઇ પણ જાતની ફાકી કે દવા લઇને દસ્ત સાફ લાવવાની ટેવ ન પાડવી જોઇએ, એ જ હિતકારી છે. ગમે તેવી દસ્ત સાફ લાવનારી ફાકી થોડા દિવસ દસ્ત લાવી પછી એ ફાકી પચી જાય છે, એટલે એનાથી સખત ફાકી લેવા જીવ લલચાય છે, અને ધીમે ધીમે આંતરડાં બગાડીને વધારે

કબજીઆત થાય છે. આમ હોવા છતાં કબજીઆત માટે ઉત્તમ અસરકારક અને ઘણી વખત વાપરવામાં આવેલાં ચૂર્ણો જે પેટમાં તકલીફ આપે નહિ, થોડા પ્રમાણમાં લેવા છતાં સવારમાં દસ્ત સાફ આવી જાય અને આંતરડાંને નબળા પાડે નહિ એવા નુસખાઓ આપી, વાચકની નુસખા જાણવાની ભૂખ જરૂર ભાંગીશું.

卐

પ્રકરણ ૨૭મું

કબજીયાતના ઉપાય

ગુજરાત પ્રાંતિક વૈદ્ય સંમેલનનું ચોથું અધિવેશન વડોદરા થયેલું. અધિવેશનનું કામ ખતમ થયા પછી અમારી એકાદ દિવસ વધારે રોકાવાની ઇચ્છા હતી, એટલે મારા પરમ સ્નેહી વૈદ્યરાજ ગોપાળજી કું. ઠક્કર સાથે અમે વડોદરા લોહાણા બોર્ડીંગમાં ઉતારો કર્યો. ત્યાંના ગૃહમંત્રીનો ઉચ્ચ સ્વભાવ, સુંદર વ્યવસ્થા અને સંસ્થાને આદર્શ બનાવવાની ખંત જોઇ જરૂર હરકોઇ માણસને આનંદ આવે એવું સ્થળ હોઇ અમે બે દિવસ વધારે રોકાયા. અમારા અન્ય સ્વાગતમાં–ભોજનવ્યવસ્થામાં બે વસ્તુ ઉપર મારૂં વધુ લક્ષ ગયું. મઠની દાળ અને હાથમાં પકડતાં ટુકડા થઇ જાય તેવી રોટલી. મઠને દાળ તરીકે ઉપયોગમાં લેવાનું ગુજરાતમાં બહુ ઓછું બને છે, બલ્કે તે નથી જ વપરાતી એમ કહીએ તો પણ ચાલે. છતાં અઠવાડીઆમાં બે કે ત્રણ વખત આ સંસ્થામાં મઠનો ઉપયોગ થતો જોઇ મેં વાતને છેડી:

‘મંત્રીજી ! ભલા મઠનો પણ તમે ઠીકઠીક ઉપયોગ કરો છો !’

પ્રત્યુત્તરમાં ગેાપાલજીભાઇએ શરૂઆત કરી : 'ઘેાડાને જોગાણુમાં મઠ આપીને આવા ઉચ્ચ તત્ત્વવાળા પદાર્થને ગુજરાત અન્યાય કરે છે. મઠ ઘણું જ ઉંચા પ્રકારનાં વીટામીનથી ભરપૂર દ્વિદળવાળું ધાન્ય છે. તમે જાણુતા હશેા કે ઘેાડાને એકાદ બે મહિના લાગઠ મઠ આપવાથી તે પૂર્ણ શક્તિશાળી, દેાડતાં થાકે નહિ તેવેા અને લેાહીથી ગદામદા બને છે. તે પ્રતાપ મઠનેા છે. કચ્છમાં સાધારણુથી માંડીને લક્ષાધિપતિઓને ત્યાં મઠ વિવિધ સામગ્રીઓમાં છુટથી વપરાય છે. કચ્છી મનુષ્યેા બુદ્ધિ અને શારીરિક શક્તિમાં આગળ પડતા છે. મઠ લેાહીને તાત્કાલિક બનાવે છે, માંસની વૃદ્ધિ કરે છે અને શરીરની ગ્રંથીઓને ખીલવે છે. તેમાં રહેલા ક્ષારેા અને વીટામીનેા એટલાં સરસ છે કે બીજા પદાર્થો કરતાં તેમાંનાં તત્ત્વેા શરીરને જલદી પચી જાય છે. ગમે તેવા રેાગ પછી લેાહી–માંસ સૂકાઇ ગયાં હેાય ત્યારે જો મઠનું યુષ (એાસામણુ) આપવાનું શરૂ કરવામાં આવે તેા જરૂર શરીરની મરામત તાત્કાલિક બને છે. ઉપરાંત કબજીયાત ન કરવી અથવા કબજીયાતને તેાડવી એ તેા તેનેા મુખ્ય ગુણુ છે, એટલે જ આ બેાડીંગમાં તેને વધારે પડતું સ્થાન અપાયું છે.

'વળી આજની રેાટલીની કુમાશ અને મીઠાશ પણુ તમને જુદી જ જણુાઇ હશે. તેનું પણુ એક કારણુ છે અને તે પણુ મંત્રીજીની મારફત જાણેલું તે કહી દઉં. લગભગ ત્રણુસેા વિદ્યાર્થીમાંથી ઘણુાને કબજીયાત સતાવતી હતી. તે માટે શું કરવું એ પ્રશ્ન ઘણુા વખતથી વિચારાતેા હતેા. એનેા એક સરલ માર્ગ હાથ લાગ્યેા અને તેને અમલમાં મૂકયેા. રેાટલીમાં મેાણુ આજ સુધી તલના તેલનું નંખાતું હતું તેને બદલે દેશી એરંડીયું (કેસ્ટર એાઇલ) નાંખવાનું શરૂ કર્યું. દેશી એરંડીયાના ડબા લાવી, કઢાયામાં નાંખી, એકાદ ઉભરેા આવે ત્યાંસુધી તેને ગરમ કરી નાંખી, ગરમ કરતી વખતે એક ડબ્બે પાંચ લીંબુની ફડાસેા નાંખવામાં આવી અને ત્યારપછી કપડેથી ગળી લઇ એ એરંડીયું મેાણુમાં નાંખવાનું શરૂ કર્યું, ત્યારથી કબજીયાતની ફરિ-

ચાદ દૂર થઇ ગઇ છે. એરંડીયું ગરમ થાય છે અને થોડો લીંબુનો સંસર્ગ મળે છે એટલે પાતળું બને છે, તેમજ એની સ્વાભાવિક વાસ પણ ઉડી જાય છે, એટલે મોણમાં તે ખુશીથી નાંખી શકાય છે. વળી એ ખોરાકની સાથે બહુ જ ઓછા પ્રમાણમાં ભેળવાઇ જતું હોવાથી તેના સ્નિગ્ધતાના ગુણને લીધે સ્ટાર્ચના ભાગને આંતરડાંમાં વળગવા નહિ દેતાં દસ્ત તદ્દન સાફ ઉતરી પડે છે.'

આ સત્ય હકીકત મને કબજીયાતના દરદીઓ માટે બહુ અમૂલ્ય લાગી અને એનો મેં અત્રે એ જ હેતુસર ઉલ્લેખ કર્યો છે કે જાથુની કબજીયાતથી કંટાળેલા ભાઇઓ આવી રીતે એરંડીયાનો મોણમાં ઉપયોગ કરતા થાય તો દરરોજ કબજીયાત તોડનારી જાતભાતની દેશીપરદેશી દવાઓ લેવાની મુસીબત મટે અને જેટલું તેલ તથા ઘી મોણ તરીક ઉપયોગી છે તેટલું જ એરંડીયું બને, ખરચમાં બચાવ થાય અને દવાઓના ડોઝ લેવા ન પડે.

ત્રીજા ઉપાય તરીકે દસ તોલા સારી હરડે, અઢી તોલા સુંઠ અને એ બેની ગોળી વળે એટલો ગોળ મેળવી, પાવલીભારના લાડુ બનાવી, એકથી બે લાડુ રાત્રે અથવા દિવસમાં ગમે ત્યારે લઇ લેવાય તો કબજીયાત દૂર થાય છે અને કોમળ આંતરડાંને બહુ જ મજબૂતી મળે છે. હરડે અને સુંઠ એ બેઉ બહુ જ ઉપયોગી અને ગુણકારી વસ્તુ છે. એક છે આંતરડાંને મજબૂત બનાવનાર, બીજી છે આમાશયને શુદ્ધ કરનાર. ગોળ હૃદયને મજબૂત બનાવે છે. એ ત્રણ મળીને અપક્વ આમને પકવે છે, આંતરડાંને રૂઝવે છે, વાયુને બેસારે છે અને દસ્તને સંપૂર્ણ સાફ કરે છે. છતાં બીજી દવાઓથી જેમ આંતરડાં નબળાં પડે છે તેમ આ દવાથી પડતાં નથી. આ પાઠ શાસ્ત્રોક્ત છે અને બહુ ગુણકારી છે. જીવનતત્ત્વને વધારનારો છે અને એ દવાનું નામ છે પથ્યાગુટિકા. આ દવા મહિનાઓ અને વર્ષો સુધી લેવામાં આવે છતાં અવગુણ નથી કરતી પણ અમૂલ્ય ગુણ કરે છે.

ચોથો ઉપાય: પાંચ તોલા મીંઢીયાવળ અને પાંચ તોલા તુલસીનાં પાતરાં સાથે મેળવી રાખવાં. જ્યારે દસ્તની કબજીયાત હોય ત્યારે એ પાતરાંમાંથી અરધાથી એક તોલો જેટલાં લઇને પાશેર પાણી મૂકી થોડી સાકર અને થોડું દૂધ નાંખી, ચહા બનાવવો અને એક કપ પી જવો. બહુ સારી રીતે એક દસ્ત થઇ, જુનો મળ કાઢી આંતર સાફ કરે છે, મીંઢીયાવળ વાયુ કરે છે અને થોડી ચૂંક પણ લાવનાર છે, પરંતુ તેના એ દુર્ગુણને તુલસી નાબૂદ કરી નાંખે છે. એટલે બન્ને તુલસી અને મીંઢીયાવળ સરખા વજને લેવાં એ આ પ્રયોગની ચાવી છે. દુનિયાભરના રેચ લેવાના અને દસ્ત સાફ લાવનાર બધા ઉપાયમાં અમને આ ઉપાય બહુ જ અજબ અને સરસ લાગ્યો છે. ચાલુ ચહાની સાથે પણ આ પાતરાં નાંખી પી શકાય છે અને અમૂલ્ય ગુણકારી છે. અમને કબજીયાતના જમાનામાં આ પણ પેટન્ટ કરવા જેવી ચીજ લાગે છે, છતાં જનકલ્યાણ અર્થે તે બતાવી દેવામાં કશો સંકોચ નથી. આવા મામુલી જણાતા પ્રયોગની અજમાયેશ કરવા અમે વાચકવર્ગને આગ્રહભરી ભલામણ કરીએ છીએ.

પાંચમો ઉપાય: ઝેરકોચલાંની ફાકી છે. બજારમાં મળતા ઝેરકોચલાં લાવી તેને ગાયના મૂત્રમાં પલાળવાં. દરરોજ જૂનું ગૌમૂત્ર કાઢી નાંખી નવું નાંખવું. અગીઆર દિવસ સુધી એ પ્રમાણે પલાળી રાખી, બારમે દિવસે ઝેરકોચલાંના જેટલું ઘી લઇ, તેમાં ઝેરકોચલાંને તળવાં. તે બદામી રંગનાં થાય એટલે બહાર કાઢી, ચપ્પુ વડે છાલ છોલી કાઢી, વચમાં નાની પત્તી જેવી જીભ હોય છે તે કાઢી નાંખી બાકીના ભાગને ખાંડી બારીક ભૂકો કરવો. એમાંથી એક વાલ જેટલો ભૂકો મધમાં ચાટવો. સવાર સાંજ બે વખત પણ ચાટી શકાય.

ઝેરકોચલાં સીધી રીતે તો દસ્તાવર ગુણ ધરાવતાં નથી; પરંતુ તે આંતરડાં અને સ્નાયુ ઉપર અસર કરે છે અને તેને તંગ બનાવે છે, તેમ જ વાયુનો વિનાશ કરનારાં હોવાથી ફરજીયાત આંતરડાં કામ કરવા

લાગી જાય છે, અર્થાત્ બીજા પદાર્થો પોતે રેચ કરે છે ત્યારે ઝેરકોચલાં આંતરડાંની મળત્યાગની ક્રિયાને સતેજ કરે છે. એટલે અપાન વાયુ અધોગતિનો બની, મળ સાફ આવે છે. તેની સાથે પાચન યંત્રો ઉપર તેની ઘણી સારી અસર હોવાથી ખોરાક બહુ સારી રીતે હજમ થવા લાગી ભૂખ પણ લાગે છે, હાથપગનું કળતર નાબૂદ થાય છે અને શરીર ટટ્ટાર તથા સતેજ બને છે. માત્ર ઝેરકોચલાં એકાદ મહિનાથી વધારે વખત લાગઠ લઇ શકાય નહિ. જરૂર જણાય તો વચમાં પંદર દિવસ બંધ કરી, ફરી શરૂ કરાય અને પ્રથમ એકાદ રતીથી શરૂ કરીને એક વાલ સુધી લેવાય. ગૌમૂત્રમાં પલાળવાથી અને ઘીમાં શેકવાથી તેની સંપૂર્ણ શુદ્ધિ થઇ જાય છે, નિર્ભય રીતે વાપરી પણ શકાય છે, છતાં વનસ્પતિનાં ઔષધો જેટલી બેદરકારી આમાં ન રાખવી જોઇએ. જો કે તેમાં ખાસ પરેજી નથી, માત્ર સાવચેતી અને દવાના પ્રમાણનું ધોરણ ચોક્કસ હોવું જોઇએ.

છઠ્ઠો ઉપાય : ઇંદ્રામણાં લીલાં દશ શેર લાવી તેની સાથે સાફ કરેલો અજમો શેર એક, મરી તો. ૫, સંચળ તો. ૧૦ લાવવાં. ઇંદ્રામણાંને ડગળી દઇ તેમાંથી બીજ કાઢી નાંખી આ ત્રણે ચીજો ભાગે પડતી ભરી દઇ, ઉપર ડગળી મારીને છાંયે સુકાવા દેવાં. તદ્દન સૂકાઇ જાય એટલે ખાંડી નાંખી ચૂર્ણ બનાવવું. બે વાલ રાત્રે સૂતી વખતે લેવાથી પેટ સાફ થાય છે, વાયુ નાશ પામે છે, કૃમી અને ગુલ્મ જેવું રહેતું હોય તેને જીતે છે, પ્રકૃતિ પ્રમાણે એનું પ્રમાણ ઓછું વધતું લઇ શકાય છે.

ઉપાય સાતમો : હિંગાષ્ટક તો. ૧૦, સારી જાતની હરડે તો. ૧૦ અને સોડા બાય કાર્બ તો. ૧૦—એ ત્રણેનું મિશ્રણ બનાવી રાખવું. આ ચૂર્ણને શીવાક્ષાર પાચન ચૂર્ણ કહે છે. સવારમાં અથવા રાત્રે બે આનીભાર જેટલી ફાકી લેવાથી ઝાડો સાફ આવે છે, પેશાબ પણ છૂટથી થાય છે, પેટની ગરબડ બેસારી દઇ, ખોરાક પાચન કરે

છે, છતાં સ્ત્રી, પુરૂષ, બાળક–કોઇ પણ નિર્ભય રીતે વાપરી શકે એવી આ બનાવટ છે.

આઠમો ઉપાય : હીમેજ (બાળહરડે) તો. ૧૦, વરીયાળી તો. ૫, સાકર તો. ૨ાા, સુંઠ તો. ૧ા.

પ્રથમ હીમેજને એરંડીઆ તેલમાં તળી લેવી. બાદ સર્વે વસ્તુને ભેગી ખાંડી બારીક ચૂર્ણ બનાવવું. પાવલીભારથી અરધાભાર સુધીની ફાકી દસ્તને સાફ લાવી આમ–જળશનો નિકાલ કરે છે, આંતરડાંને ચોકખાં બનાવી, આંતરડાંમાં ભેગા થયેલા કચરાનો અને ખોટી ગરમાઇનો વિનાશ કરે છે.

મરડામાં જ્યારે લોહી અને પરૂ પડતું હોય છે, ત્યારે અમે શરૂઆતમાં આ ફાકી બે ત્રણ દિવસ આપીએ છીએ, જેથી મળના ગાંઠા નિકળી જાય, મરડો મટાડવા માટે બીજી દવા આપવાની જરૂર રહેતી નથી. વિના કારણે પણ જ્યારે પેટમાં ભરાવો જણાય ત્યારે છુટથી આ ફાકી લેવામાં કોઇ પણ જાતનો વાંધો નથી.

નવમો ઉપાય : હીમેજ તો. ૧, કડુ તો. ૩, રેવંચી તો. ૨, ઇંદ્રામણાનો ગર્ભ તો. ૨, અજમો તો. ૧, નસોતર તો. ૧, સીંધાલુણ તો. ૧, ત્રિફળાં તો. ૧, ખરસાડીના કોલસા તો. ૧, સુકો ફુદીનો તો. ૨, અને એળીઓ તો. ૪.

ઉપરની વસ્તુઓને એકત્રિત કરી ભાંગરાના રસમાં ઘુંટી એકેક વાલની ગોળી બનાવવી.

રાત્રે સુતી વખતે એકથી બે ગોળી સાદા પાણીની સાથે ગળી જવાથી સવારમાં એકાદ ઝાડો બહુ જ સારો આવે છે અને કોઇ પણ જાતની દસ્ત થવામાં તકલીફ થતી નથી. ફાકી ભરવાના કંટાળાવાળા માટે આ ગોળી અમૂલ્ય છે.

કબજીયાતમાં ઘણું કરીને નીચેનાં મોટાં આંતરડાંમાં—કોલનમાં જ મળ ભરાઇ રહે છે. એટલે બસ્તી (એનીમા) લેવાથી પણ કબજીયાત દૂર થાય છે. એનીમા લેવામાં જૂના વિચારના માણસો જેટલા ડરે છે તેટલા જ નવા વિચારના તેનો દિવસમાં એકાદ બે વખત ઉપયોગ કરી નાંખે છે. આ બન્ને રીતો ઠીક નથી. જેમ તેનાથી ડરવાની જરૂર નથી, તેમ તેનો વાતવાતમાં ઉપયોગ કરી નાંખવો તે પણ યોગ્ય નથી. પરંતુ જરૂરીયાત પ્રમાણે અઠવાડીએ કે ચોથા દિવસે એકાદ વખત એનીમા લેવામાં આવે તો તેથી ખોટું નથી, તેમ જ તેથી કાંઇ પણ નુકસાન થતું નથી, બલ્કે લાભ થાય છે. એનીમાના પાણીથી મોટા આંતરડાનો છેક છેડા સુધીનો ભાગ ધોવાઇ ખૂણેખાંચરે લાગેલો મળ નિકળી જઇ, આંતરડું ધોવાઇ તદ્દન સ્વચ્છ થાય છે અને સુકાયેલો તથા ગંઠાયેલો મળ નિકળી જવાથી તે સરખી રીતે કામ કરી શકે છે.

એનીમા લેવા માટે સહેજ ગરમ પાણી કરી લેવું જોઇએ અને લગભગ બશેર પાણી આંતરડામાં ચઢવા માટે વાપરવું જોઇએ. પાણીમાં બે વાલ જેટલો સોડા બાય કાર્બ નાંખવો અથવા અરધા તોલા જેટલું એરંડીયું નાંખવું અને સનલાઇટ જેવો સારો સાબુ ફીણ વળે તેટલો નાંખી એનીમા લેવી. કેટલાક અંદર ટરપેન્ટાઇનનાં પાંચ દશ ટીપાં પણ નાંખે છે. પરંતુ તે તો ઘણા લાંબા વખતે એનીમા લેવાતી હોય અને અંદર જૂનો સડો હોય તો જ જંતુઘ્ન તરીકે અને વાયુહર તરીકે ઠીક છે, ખાસ તેની જરૂર નથી. એકલું પાણી અને જરા સાબુ હોય તો પણ ચલાવી શકાય.

એનીમા અવશ્ય ઉપયોગી છે. યુક્તિપૂર્વક અમુક સમયને અંતરે એ લેવામાં આવે તો જરૂર લાભ થાય છે. પણ એની પાછળ પડીને 'ભૂતે ભાળી આંબલી'ની માફક દરરોજ તે લીધા કરવાથી તેની ટેવ પડી જાય છે અને કુદરતી રીતે થોડો દસ્ત આવતો હોય તે પણ કુદરતી ક્રિયા બંધ થવાથી આવતો નથી અને એના વિના ચલાવી શકાતું નથી.

મારા એક ડાકટર મિત્રને દશ વરસથી ટેવ પડી ગયેલી કે સવારમાં ઉઠી, અઢી રૂપીઆભાર ગ્લીસરાઇનની એનીમા લે ત્યારે જ દસ્ત આવે. અમે એક વખત એક મેળાવડામાં સુરત ગયા અને તે પીચકારી ઘેર ભુલ્યા. બે દિવસથી જાજરૂ બંધ! જ્યારે ચૌટે જઇ ગ્લીસરાઇનની સપોઝીટરી લાવ્યા અને એમને પહેરાવી ત્યારે દસ્ત સાફ થયેા. માટે એ રીતે પરાધીન ન થઇ જવાય તે બાબત ખૂબ ખ્યાલ રાખવેા ઘટે.

卐

પ્રકરણ ૨૮મું
ચામડીનાં દરદેા

ચામડીના બધા વ્યાધિઓની ગણના સારંગધરાચાર્યે લગભગ શુદ્ર રેાગમાં કરી છે. અને તેના જુદા જુદા પ્રકારેા નક્કી કરી અજગલ્લિકાથી માંડી સુદ્રરદંષ્ટ્ર સુધીના ૬૦ પ્રકારેા જણાવ્યા છે. માણસની ચામડીની અંદરથી વાયુ, પિત્ત અને કફના હીન, મિથ્યા અને અતિયેાગથી રસ, રક્ત, માંસ, અને મેદને બગાડી ગાંઠ અને ઉપર ફેાલ્લીના રૂપમાં અથવા મંડળના રૂપમાં એમ જુદા જુદા પ્રકારના અસંખ્ય વ્યાધિએા ચામડીની ઉપરના ભાગમાં જોવામાં આવે છે.

શારીરિક અંદરના વ્યાધિમાં માણસેા તેને મટાડવા જેટલા પ્રયત્નવાન હેાય છે, તેટલા આવા ચામડીના બાહ્ય વ્યાધિમાં જોવામાં નથી આવતા અને ચામડીના કેટલાક વ્યાધિએા પણ એવા છે કે થેાડી સ્વચ્છતા, થેાડી પરહેજી અને થેાડાક ઘરગથ્થુ ઉપચાર સમજી-વિચારી કરવામાં આવે તેા પછી બહુ દેાડાદેાડ કરવાની જરૂર પણ રહેતી નથી.

શાસ્ત્રીય શુદ્ર રોગોની ગણના અને તેના પદ્ધતિસર નિદાનમાં આપણે ન ઉતરીએ તો ફલિતાર્થરૂપે એમ ચોક્કસ કહી શકાય કે જ્યારે રક્ત—લોહી દુષિત થાય છે અને જ્યારે રક્ત શુદ્ધ કરનારાં અવયવો સુસ્ત હોય છે તેમ જ જ્યારે કાયમી મળાવરોધ થાય છે, ત્યારે જ આવા વ્યાધિઓ જન્મ લે છે અને તે વેળાએ પ્રથમ રસ, લોહી, માંસ અને મેદ બિગાડને પામે છે. પછી ક્રમવાર તેમાંથી જુદા જુદા રોગો ચામડી ઉપર દેખાવ આપે છે. જેમ દોષ ક્રમે કરીને પ્રારંભના પગથીએ હોય છે તેમ તેનું સ્વરૂપ અલ્પ અને જલદી માટે તેવું હોય છે, અને તે દોષ જેમ જેમ એ લોહી આદિમાં વધતો જાય છે તેમ તેમ તેનું સ્વરૂપ વિસ્તૃત અને કષ્ટસાધ્ય બને છે.

દાખલા તરીકે રસવિકૃતિથી અર્થાત્ ખોરાક ખાધા પછી તેમાં પિત્ત વધારનાર ખટાશવાળા પદાર્થો વધારે ખાવામાં આવ્યા હોવાથી 'એસીડીટી' વધે છે અને એને લઇ શીળસ થાય છે. આ દોષ રસવિકૃતિનો છે. એટલે શીળસ થતાંની સાથે થોડી ચળ આવી, આખા શરીરે ચકામાં—ઢીમણાં નીકળી પડે છે; અને એ જેટલા પ્રમાણમાં જલદી નીકળી આવે છે તેટલા જ પ્રમાણમાં બહુ સહેલા ઉપાયથી શમી જાય છે. થોડી રાખોડી (છાણાની) શરીરે ચોળી, ગરમ કપડું લપેટી સૂઇ જવાથી, અથવા સાધારણ રેચ લઇ લેવાથી કે મરી અને કાળીજીરીની ફાકી મારવાથી તે શીળસ શમી જાય છે. પણ એવી રીતે એ દોષ રક્ત મારફત બહાર નહિ નીકળતાં લોહીમાં થઇ માંસ સુધી પહોંચે છે, તો તે વિદ્રથી (ગડ)ના રૂપમાં માંસમાંથી નીકળી બહાર આવે છે, મહા પીડા ઉત્પન્ન કરે છે, પાકે છે, ફુટે છે અને તેમાંથી કોઇ વખત વ્રણ પણ થાય છે.

આ ઉપરથી બરાબર સમજી શકાય છે કે ચામડીના રોગોને જન્મ આપનાર દુષિત રક્ત ખોરાકના વિષમ યોગથી થાય છે. કાંદા અને દૂધ, મગ અને દૂધ, આંબલી અને સાકર, દહીં અને મૂળા—આવા પદાર્થો

લહેજત ઉડાવવાની લાલચે એકી સાથે લેવામાં આવવાથી, જાણે અજાણે રક્તને જરૂર બગાડે છે અને એનું પરિણામ વહેલું મોડુ ભોગવવું પડે છે, તથા અંતે એ કુષ્ટ રોગને જન્મ આપે છે.

જેવી રીતે ચામડીના રોગો અંદરનાં કારણોથી થાય છે તેવી જ રીતે તેને ઉત્પન્ન થવામાં બહારનાં કારણો પણ હોય છે. આ બહારનાં કારણોમાં ચેપી રોગ ઉપદંશ—સીફીલીસની ચર્ચા હું અહીં નથી કરતો. સીફીલીસ—ઉપદંશ અને ઉપદંશજનિત કુષ્ટોની ચર્ચા માટે આગળ ઉપર સ્વતંત્ર લેખ આવશે જ. માત્ર અહીં તો ચામડીના વ્યાધિઓ અર્થાત્ રક્તદુષિત વ્યાધિ માટે લખાય છે.

રક્ત—લોહી એ આપણા સપ્ત ધાતુ પૈકી બહુ જ અગત્યની ધાતુ છે. બહારની દૃષ્ટિથી લોહી એ એક સાધારણ લાલ રંગનો પ્રવાહી પદાર્થ જણાય છે, પરંતુ ઉંડા અભ્યાસથી ક્ષુદ્ર રૂપ જણાતો આ દ્રવ અનેક ચમત્કારથી ભરેલો લાગે છે.

થોડું એક લોહી લઇને આપણે તેને સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી તપાસીએ તો તેમાં એક પાણી જેવો તરલ પદાર્થ અને તેમાં તરતો દાણાદાર પદાર્થ જુદો પડી આવે છે. તે દાણા અને દ્રવનું રાસાયનિક વિશ્લેષણ કરીએ તો તેમાં દ્રવ પદાર્થમાં થોડો ક્ષારનો ભાગ અને બીજો ગેસનો ભાગ મળી આવે છે. પરંતુ તેમાં રહેલા દાણાદાર પદાર્થમાં પણ બે ભાગ છે. એક શ્વેત કણ, બીજો રક્ત કણ. શ્વેત કણને બાજુ રાખી રક્ત કણની ક્રિયા જોઇએ તો જીવનના આધાર રૂપ મહત્ત્વની શરીર-સંચાલન ક્રિયા કરતો એ પદાર્થ કુદરતના કરામતના નમુના રૂપે આપણને આશ્ચર્ય પમાડે છે.

શરીરમાં રક્ત કણ કઇ ક્રિયા કરે છે તે જોઇએ. પ્રતિ ક્ષણે શરીરના પરિચાલન માટે ઓકસીજનની અંગોઅંગમાં જરૂર રહે છે. એટલે લાલ કણ એ ઓકસીજનને સાથે લઇ શરીરમાં દોડવા લાગે છે અને દરેક જગ્યાએ તેને પૂરો પાડી, કારબન ગ્રહણ કરી મધ્યસ્થ ઓફીસે

(હૃદયમાં) પહોંચી, કારબન ડલવી નાંખી, ત્યાંથી ઓક્સીજન લઇ ફરી દોડી જાય છે. આમ ચક્કર ઉપર ચક્કર લગાવી, શરીરને જીવન્ત, શુક્કદાર અને ઓજસ્વી રાખનાર લાલ કણો છે; જ્યારે સફેદ કણો તો લાલ કણોથી પણ વધુ અગત્યનું કાર્ય કરી બતાવી, પોતાની પ્રભાવશાળી શક્તિનો આપણને પરિચય કરાવી આપે છે.

આ સફેદ કણોને સિપાઇની ઉપમા આપીએ તો જરીયે ખોટું નથી. મનુષ્યશરીર એક મોટા રાજ્ય સમાન છે. રાજ્યના રક્ષણ માટે જેમ પોલીસ–સેના રાખવી પડે એમ જ શરીર-રાજ્યનું સંરક્ષણ કરનાર આ લોહીમાંના શ્વેત કણો છે.

રાજ્યની અંદર શત્રુ પક્ષ આવી પડતાંની સાથે જેમ પોલીસ–સેના એકત્રિત થઇ, સામે મોરચા ખડા કરી દઇ, દ્વંદ્વયુદ્ધનો આરંભ કરે છે, તે જ પ્રમાણે શરીરની અંદર કોઇ પણ વ્યાધિનાં જીવાણુંઓ પ્રવેશ પામતાંની સાથે શરીરની રક્ષા કરવાની ખાતર આ શ્વેત કણો એકઠાં થઇ, પ્રતિપક્ષીઓને મારી હઠાવવા અને સામ્રાજ્યની અંદર પ્રવેશ નહિ કરવા દેવાને માટે યુદ્ધ આદરે છે. તેમાં યે જો શરીરમાં કોઇ પણ બહારના કે અંદરના કારણસર ક્ષત, પાક, ચાંદું ઉત્પન્ન થાય તો તે સ્થાનક સમરાંગણ બની જાય છે અને બહારનાં જીવાણુંઓ તથા રક્ત માંહેના શ્વેત કણો વચ્ચે ભારી યુદ્ધ થાય છે. બહારની અસ્વચ્છતા, કાદવ, પાણી, હવા અને વાતાવરણમાં વિચરણ કરતાં રોગોત્પાદક જીવાણુંઓ ક્ષત મારફત પ્રવેશ કરી, યુદ્ધની અંદર સામેલ થઇ, એ સ્થાન ઉપરના કોષનું ભક્ષણ કરી 'બેકટીરીયા' નામના પ્રબલ પરાક્રાંત શત્રુ એ સ્થાનક ઉપર પોતાનું આધિપત્ય જમાવવાની ચેષ્ટા કરે છે. સામી બાજુથી પ્રબળ શ્વેત કણો તેનો સામનો કરીને એ જીવાણુંનો નાશ કરી, પોતાના કિલ્લાનું રક્ષણ કરે છે અને તેને મારી હઠાવી. કિલ્લામાં પડેલા ગર્તને પુરી નાંખે છે. અર્થાત્ ક્ષત ભરાવા લાગી તેમાં રૂઝ આવી જાય છે. આ ભીષણ સંગ્રામમાં જે શ્વેતાણુઓ માર્યા

જાય છે અને જેના મુડદાને સજીવન રહેલા સિપાઇ બહાર ધકેલે છે, તેને આપણે પીપ અથવા પરૂ કહીએ છીએ. આ યુદ્ધમાં જો શરીરના શ્વેત કણોને સરળ બનાવવા, તેને પોષણ મળે તેવો આહાર કરીને (પરેજી પાળીને) પીઠ થાબડવામાં આવે છે તો જરૂર યુદ્ધમાં શ્વેત કણોનો વિજય થાય છે.

આ ઉપરથી સમજી શકાયું હશે કે રક્ત દુષિત થતાં અથવા તેમાં રોગોત્પાદક જંતુ પ્રવેશ કરતાંની સાથે રક્ત સ્વયં શુદ્ધ થવા-રહેવા માટે આપોઆપ પ્રયત્નવાન બને છે; પરંતુ જ્યારે મનુષ્ય તેની મદદે નહિ જતાં તેની રોગહરા શક્તિનો વિનાશ કરે છે, અર્થાત્ સ્વેચ્છાચાર પ્રમાણે આહાર-વિહાર કરે છે તો પછી લોહી શક્તિવિહીન બની જઇને, દુષિત બનીને, ચામડી મારફત વ્યાધિને બહાર ફેંકવા પ્રયત્ન કરે છે; અને એને આપણે ખસ, દાદર, ખુજલી, લુખસ, ફોડલા, ખીલ, ચચાકા (કરોળીયા), શીળસ અને કોઢના નામથી ઓળખીએ છીએ. આ બધા વ્યાધિઓ-રક્તદુષિતના વ્યાધિઓં ચામડી ઉપર પ્રગટ થાય છે અને એ કેટલાક બહારના ગોપડવાના ઉપચારોથી અને કેટલાક ચોપડવાના તેમ જ દવા ખાવાના ઉપચારોથી નાબૂદ થઇ જાય છે. દાદર, ખીલ, કરોળીયા અને શીળસ જેવા ક્ષુદ્ર વ્યાધિઓને ખાસ ખાવાની દવાની જરૂર નથી રહેતી; તેને તો માત્ર રોગ વૃદ્ધિ કરનાર પદાર્થોની પરેજી કરાવી, બહારના લેપ, મલમ, પાણીના ઉપચારોથી સારૂં થતું અનુભવ્યું છે. છતાં એટલું તો જરૂર કહેવું પડશે કે રોગી અસ્વચ્છ, બેદરકાર અને જીભનો સ્વાદીઓ હોય છે તો આ વ્યાધિ શમી ગયા પછી પણ ફરી ફરી થતા જોયા છે. વ્યાધિનો વાંક નથી હોતો પણ વ્યાધિને બૂમ પાડી પાછો બોલાવનાર, વારાફરતી ડાબા અને જમણા હાથને ખણવાના કામે લગાડનાર દરદીનો દોષ હોય છે. તેમને વૈદની પરહેજીની બહુ પરવા હોતી નથી અને કાં તો તે સમજતા પણ નથી.

આ લેખકને જૈન કોમનાં ઘણા દરદીઓ મળે છે. પાપડ, ચટણી, અથાણાં અને ભાતભાતનાં ઓસામણો બનાવી, સ્વાદની લહેજત અને થાળીની આસપાસ નાના પ્રકારની વાટકીઓ ગોઠવી, ઢીંચણ નીચે ઢીંચણીયું (ઓઠીકણું) અટકાવી, ચટપટા સ્વાદ લેવામાં બીજી કોમ એમની સરસાઈ કરી શકે તેમ નથી એની હું ખાતરી આપું છું. એમને જ્યારે ખટાઈની પરહેજી આપવાની હોય ત્યારે મારે જીભને સજાવી રાખીને તેમના તરફથી પૂછાતા સવાલોના જાતજાતના જવાબ દેવા, બરાબર તૈયાર કરી રાખવી પડે છે. ખટાઈ એટલે સમગ્ર ખટાશ એમ નહિ માનતાં તે માટે પૂછવાની પરંપરા ચાલતી થાય છે. આંબલી નહિ તો આમચુર ખવાય ? આમચુર નહિ તો આંબોળીયાં ? આંબોળીયાં નહિ તો કેરી ? કેરી નહિ તો મોળા દહીંની છાશ ? છાશ નહિ તો છાશની કઢી ? અરે કઢી નહિ તો છાશના નીતર્યા પાણીના ઓસામણમાં શો વાંધો ? વૈદ્યરાજ ! તમે તો ભારે ભાઈ ચોકડાબેર રાખો છો ! આ કુલચંદભાઈને મારાથીએ વધારે લૂખસ થયેલી પણ ડાકટર સાહેબે બધું ખાવાની છુટી આપી દીધેલી અને ચટ દઈને મટી પણ ગઈ ! તમારી દવામાં તો પરહેજની લપ બહુ, ભાઈસાહેબ !

ખરી વાત તો એ છે કે વૈદ્યનો આશય નહિ સમજનાર દરદીઓ કેટલીક વખત વ્યાધિને લંબાવી, રોગ અને વૈદ્યોને પોતાનાથી છૂટા થવા નથી દેતા.

એક વખત એક વૈદ્યરાજને ત્યાંથી દરદીની સારવાર કરનારને એક કવાથ-ઉકાળો બાંધી આપી કહેવામાં આવ્યું કે આ ઉકાળો, ઉઘાડું મોઢું રાખી બનાવજો. એ ભાઈ ઘેર જઈ ઉકાળો બનાવવા બેઠા. વાસણમાં પાણી નાંખી ચૂલા ઉપર મૂકી, નીચે બળતું કરી, વાસણ ઉપર ઢાકણું ઢાંકી, મોઢું પહોળું કરીને બેઠા. ઘરના માણસો કામકાજે એ ભાઈને બોલાવવા લાગ્યા. પણ એ તો બોલે જ નહિ, તેમ મોઢું ફાડી રાખેલું તે ભેગું પણ કરે નહિ. બે ચાર જણાએ આવી ઘણીએ મહેનત

ફરી, પરંતુ ન બોલે કે ન કરે મોઢું ભેગું! એ તો ફાડયું એ ફાડયું! ઘરના માણુસો ગભરાયા ને દોડયા વૈદ્યરાજને ત્યાં: 'વૈદ્યરાજ! ચાલો, જલદી કરો. જે ભાઇને તમારે ત્યાં દવા લેવા મોકલેલ તે ભાઇને કાંઇક થઇ ગયું છે, તે બોલતા ચાલતા નથી અને મોઢું ફાટી ગયું છે તે ભેગું પણ કરતા નથી!' વૈદ્યરાજ બિચારા પાંચે કામ પડતાં મુકી, દોડતા આવ્યા. આ તરફ વૈદ્યરાજને આવવું અને ત્યાં ઉકાળો પણ ઉકળી તૈયાર થવાથી નીચે ઉતારી પેલા ભાઇના મોઢાનું ભેગું થવું–બેઉ સાથે બન્યાં!

વૈદ્યે પૂછયું: 'કેમ ભાઇ! તમને શું થયું હતું?' ભાઇ બોલ્યા: 'બાપા! મને તો કંઇ થયું નથી. આ ઘરના બધા મૂર્ખા સમજે નહિ કે મારે ઉકાળો બનાવવો પડયો, એટલે ઉઘાડે મોઢે કરવાનો. એથી હું બોલી પણ કેવી રીતે શકું અને ઉકાળો તૈયાર થતો હોય ત્યાં સુધી મોઢું ભેગું કેવી રીતે કરાય? ભેગું કરૂં તો ઉકાળો બગડે.'

'વાહ ભાઇ! તમે પણ જબરા! ઉઘાડું મોઢું રાખી ઉકાળો કરવો એટલે શું તમારૂં મોઢું ઉઘાડું રાખીને કે ઉકાળો ચડાવેલા વાસણનું મ્હોં? આમાં મૂર્ખા ઘરના માણુસો, તમે, કે વૈદ્ય? પણ હવે ફરી ઉકાળો બનાવો તે વખતે વાસણના મોઢા ઉપર ઢાંકણું ઢાંકશો નહિ, મારા મહેરબાન!'

ઉપચાર દેશી કરવાના હોય કે વિલાયતી, પરંતુ તેમાં ચોક્કસાઇ કાળજી અને સમજણપૂર્વકની સ્વચ્છતા એ ઘણું અગત્યનું કાર્ય કરે છે. પુરૂં સમજ્યા સિવાય ઉપચારની બાબતમાં આડું વેતરાઇ જાય છે. પછી દરદી વૈદ્યનો અને વૈદ્ય દરદીનો દોષ કાઢે છે. તેમાં ફાવે છે વ્યાધિઓ.

ચામડીના વ્યાધિઓ માટે પ્રસ્તાવ રૂપે આટલા વિવેચનની જરૂર હતી. હવે પછી ઉપરના બતાવેલા પાંચ સાત ક્ષુદ્ર વ્યાધિઓના અનુભવ-સિદ્ધ ઉપચાર અને નુસખાઓ રજૂ કરીને આ વિષય પૂરો કરીશું.

卐

પ્રકરણ ૨૯મું

ખસ

ચામડીના વ્યાધિ પૈકી ખસ, લુખસ, દાદર અને ખરજવું-આ ચાર વ્યાધિઓ માટે ઉપરથી લગાવવાના મલમો બજારમાં પેટંટ રૂપમાં ઘણા વેચાય છે, લોકો તેનો ઉપયોગ કરે છે અને તેથી થોડી ઘણી શાંતિ પણ મેળવે છે; છતાં આવા મલમોથી કાયમી લાભ જોવામાં આવતો નથી. તેનું કારણ મલમો વાપરનારની બેદરકારી હોય છે અને કેટલાએક મલમોમાં કાયમી ફાયદો કરવાની તાકાત પણ હોતી નથી. અગાઉના વિવેચન ઉપરથી ચોક્કસ સમજી શકાયું હશે કે જ્યારે લોહી બગડે છે ત્યારે જ આવા વ્યાધિઓ થવા પામે છે. તેથી ખસ થવાની નિશાની રૂપે શરીરમાં ચળ આવવા લાગે એટલે ખોરાકમાં પ્રથમ બધી જાતની ખટાશ બંધ કરી દેવી જોઇએ, અને ત્યારપછી જ તેના ઉપચારો પ્રત્યે વળવું વધારે બહેતર છે. જેમ ખટાશ આવા વ્યાધિઓ ઉપર બૂરી અસર નિપજાવે છે તેવી જ રીતે નીમક-મીઠું પણ નુકસાન કરે છે, છતાં માણસ જેટલી સહેલાઇથી ખટાશ વગર ચલાવે છે, તેટલી સહેલાઇથી નીમક વગર ચલાવી શકતો નથી. એટલે ખાસ દવાઓના અંગે જ મીઠું બંધ કરવું જરૂરી છે. બાકી તેલ અને મરચાં ખાવામાં મને ખાસ વાંધો જણાતો નથી. બધા વૈદ્યોને પરેજીની બાબતમાં તેલ, મરચું અને ખટાશ બંધ કરાવી દેતા જોયા છે, અને અવશ્ય તેલ, મરચું, ખટાશ બંધ કરવાથી શરીર ઉપર ઔષધોની ઘણી જલદી અને સારી અસર થાય છે. છતાં બને છે એવું કે તેલ, મરચું, ખટાશ બંધ થતાંની સાથે દરદીનો લગભગ બધો જ ખોરાક બંધ થઇ જાય છે; તદ્દન મોળું, ફીકું ખાણું હમેશાં માલમસાલાથી ટેવાયેલી જીભને રૂચતું નથી અને દરદી સાત્ત્વિક આહાર ઉપર રહી શકતો નથી. એટલે થોડા દિવસમાં ખાવાની ખાતર દરદ સહન કરવાને ભોગે, દવા

અને પરેજી બધું ફગાવીને તે મેદાને પડે છે. એટલે જ મારે જણાવવું જોઇએ કે માત્ર ખટાશ અને જરૂરીયાતે મીઠું બંધ કરીને જો પેટમાં દવાઓ ખાવાનો અને ઉપર લગાવવાનો ઉપયોગ કરે તો આ વ્યાધિ નાબૂદ થઇ જાય છે. હવે પ્રથમ ખસ સંબંધી મારો અનુભવ રજુ કરૂં છું :

ખસના સાધારણ રીતે બે પ્રકાર જોવામાં આવે છે: (૧) ખસ (૨) લુખસ.

ખસ થવાની હોય ત્યારે શરૂઆતમાં શરીરના છેડા ઉપર તેની અસર થાય છે, હાથ પગનાં આંગળાં પર ચળ આવવા લાગે છે. તેની શરૂઆત ઘણી ધીમી રીતે થાય છે. ચળ આવવાની જગ્યાએ એકાદ નાની ફોલ્લી થાય છે, તેના ઉપર ચળ આવે છે, બાદ ફોલ્લી મોટી થઇ તેનો ફોડકો બને છે. અંદર થોડું પરૂ પણ હોય છે, તે પાકે છે, આપોઆપ ફુટે છે અથવા દરદી તેને ખણીને ફોડી નાંખે છે. એનો ચેપ દરદી પોતાના નખમાં લઇ બીજી જગ્યાએ ઇંજેકશન કરે છે અને ધીમે ધીમે આગળ વધવા લાગી, આખા શરીરમાં ફેલાય છે. પછી તો ત્રાસ એટલો વર્તાવે છે કે દરદી પાંગળાની જેમ હાથ પગનાં આગળાં પહોળાં રાખી મદારીના રીંછની માફક પડયો રહે છે અને ખસ મટાડવા ફલાણા ભાઇને પુંછડા પટેલના અભિપ્રાય પ્રમાણે ઉપચાર કરતો રહે છે. એમાં કદાચ સરખાઇ આવી ગઇ તો તો એ મટી પણ જાય છે; છતાં ખસ એકાદ બે મહિના તો મહેમાની છોડતી નથી. જો ઘરનાં માણસો માયાળુ સ્વભાવનાં હોય અને ખસના દરદીની સાથે 'આત્મવત્ સર્વ ભૂતેષુ'ના સૂત્રથી બહુ જુદાઇ નથી રાખતાં તો તેઓ બધાં એ ખણવાની મીજલસના ભાગીદાર બને છે અને એમાં વળી ઠંડી ઋતુનો શિયાળો બેઠો એટલે પછી ચાતુર્માસ ગાળવા ખસ એ ઘરમાં ટકી જાય છે તથા ઘરમાં થયેલી ખસની અવિચળ પ્રતિષ્ઠાનું સ્વરૂપ લાંબા પૂછડાવાળા શાહમૃગની અદા જેવું નિરીક્ષણ કરનારને જણાઇ આવે છે.

ખસના ઉપચારો જેમ શાસ્ત્રીય છે તેમ ફકીરી ટુચકા પણ છે. છતાં ગંધકની હરકોઇ બનાવટ જંતુને મારી નાંખવામાં અલૌકિક કામ કરે છે. ગંધકની જુદી જુદી સ્વતંત્ર અને બીજા પદાર્થોની મિશ્રણવાળી સેંકડો બનાવટ છે. પરંતુ મારા અનુભવમાં આવેલી બે પ્રકારની ખાવાની બનાવટ અત્રે રજુ કરૂં છું. તે એટલું સારૂં કામ કરે છે કે તેના પર શ્રદ્ધા રાખી, પરહેજી પાળી, તેનો ચોક્કસ ઉપયોગ કરવામાં આવે તો ખસ જરૂર નાબૂદ થઇ જાય છે. આ ઔષધને ગંધક રસાયન કહે છે અને તેની બનાવટ નીચે પ્રમાણે છે:

ગંધક રસાયન પ્રકાર ૧:

પ્રથમ ગંધક આમલસારો લાવી શુદ્ધ કરવો. તેને શુદ્ધ કરવાની રીત ઘણી છે. પણ આમલસારો ગંધક જેટલો હોય તેટલું ગાયનું ઘી લઇ, પીતળ અથવા લોઢાના વાસણમાં ઘી નાંખી, તેમાં ગંધકને વાટીને નાંખવો અને ચુલે ચઢાવવો. ઘી ગરમ થઇ, અંદર ગંધક પીગળી જાય ત્યારબાદ એક મોટા તપેલામાં અગાઉથી ગાયનું દૂધ ગંધકથી આઠગણું ભરી રાખ્યું હોય, તેમાં ગરમ થએલ ગંધક અને ઘી નાંખવું. એટલે ગંધક ઠરીને ગઠ્ઠો થઇ જશે. ત્યારબાદ તેને કાઢી લઇને ફરી ઘીની સાથે ગરમ કરી દૂધમાં ઠારવો. દરેક વખત ઘી તથા દૂધ તાજાં લેવાં. આ પ્રમાણે ત્રણ વખત કર્યા પછી ગંધકને દૂધમાંથી કાઢી લઇ, ખુબ ગરમ પાણીથી ધોઇ, તડકે સૂકવી લેવો. આ શુદ્ધ ગંધક થયો, હવે તેને રસાયન બનાવવા નીચે મુજબ ક્રિયા કરવી:

ગંધક શુદ્ધ કરેલો શેર ૧ અને ખાવાનું વડાગરૂં મીઠું શેર ૨—એ બે વસ્તુને પત્થરના મજબૂત ખરલમાં નાંખી, આઠ કલાક સુધી ખરલ કરવો. સાંજે એક તપેલામાં કાઢી લઇ, તેમાં ચોવીસ રતલ પાણી નાંખી હલાવી રહેવા દેવું, બીજે દિવસે સ્હવારમાં પાણી કાઢી નાંખી, ફરી અંદર બે રતલ મીઠું નાંખી, ખરલ કરવો. આખી રાત રહેવા દઇ, સ્હવારમાં ઉપરનું પાણી કાઢી, ફરી બે રતલ મીઠું નાંખી, આઠ કલાક

ઘુંટવો. એવી રીતે ૨૧ વખત મીઠું નાંખવું, ઘુંટવું, અને પલાળી પાણી કાઢી નાંખવું. છેવટે બે ચાર વખત પાણી નાંખી, નીતારી, તદ્દન કોરો ગંધક તડકે સૂકવી લેવો.

૪૨ રતલ મીઠા સાથે ૨૧ દિવસ આ ગંધક ઘુંટવાથી તેનો પીળો રંગ મટી તદ્દન સફેદ થઇ જશે. આનું નામ ગંધક રસાયન પ્રકાર પહેલો રાખ્યો છે. આ દવા ૧ રતીથી એક વાલ ઘીમાં, દૂધમાં અથવા મધમાં–દિવસમાં બે વખત આપવાથી ચામડી ઉપરના વ્યાધિઓ નાબૂદ થાય છે, એટલું જ નહિ પરંતુ જૂના પરમીયા, વિસ્ફોટક, નાડીવ્રણુ, ફિરંગ રોગ અને ઉપદંશજનિત ચામડીના વ્યાધિઓ ઘણી સહેલી રીતે સારા થાય છે. મોંઘાં ઇંજેકશનો અને વિલાયતથી આવતા ગંધકના મોંઘા ભાવના મુરબ્બાઓ કરતાં થોડી માત્રામાં ઘણું કામ કરનાર, લોહીને શુદ્ધ બનાવનાર અને અરૂઝ વ્યાધિઓને રૂઝવનાર આ એક અજબ દવા છે. માત્ર આગળ લખેલી પરહેજી આ ગંધક ચાલતો હોય ત્યારે જરૂર પાળવી. એ સિવાય ગંધક ખાવામાં કોઇ પણ જાતનો વાંધો નથી. તેમજ ગંધક રસાયન નામ હોવાથી જરા પણ ડરવાનું નથી. નાના બાળકથી ગમે તે ઉમરનાં સ્ત્રી પુરૂષો ખૂબ પ્રેમથી વાપરી શકે છે અને તેની ફુટવાની કે ફુટી નીકળવાની જરા પણ દહેશત રહેતી નથી.

ગંધક રસાયન પ્રકાર બીજો :

પ્રથમ પ્રકારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે પ્રથમ આમલસારા ગંધકને શુદ્ધ કરી લઇ તેને ખરલમાં નાંખવો અને તેને અનુક્રમે ગાયનું દૂધ, એલચીનો ઉકાળો, તજનો ઉકાળો, તમાલપત્રનો ઉકાળો, નાગરકેસરનો ઉકાળો, ગળોનો રસ, હરડેનો ઉકાળો, બહેડાનો ઉકાળો, આંબળાનો ઉકાળો, સુંઠનો ઉકાળો, ભાંગરાનો રસ અને છેવટ આદુનો રસ એમ બાર વસ્તુઓની એકેકી ભાવના આપવી.

એટલે કે ઉપર લખેલામાંથી રસ અથવા ઉકાળો ખરલમાં નાંખી ૧૨ કલાક ઘુંટતાં ચાલે અને ઘુંટતાં ઘુંટતાં સુકાઇ જાય એને એક ભાવના કહે છે. આવી રીતે બાર ચીજોની બાર ભાવના આપી, સુકવી બાટલી ભરી રાખવી. આ પણ 'ગંધક રસાયન' છે. આ પાઠ શાસ્ત્રોક્ત છે, જ્યારે આગળનો પાઠ ગુરૂગમનો છે. બન્ને સારૂં કામ કરે છે. અમારા વપરાશમાં બેઉ આવ્યા છે. છતાં મને શ્રદ્ધા પહેલા પ્રકાર ઉપર વિશેષ છે. પ્રમાણ એક રતીથી એક વાલનું આ રસાયનનું પણ છે અને દૂધ, ઘી અથવા મધ સાથે દિવસમાં બે વખત લેવાય છે.

ત્રીજા ઔષધ તરીકે મંજીષ્ઠાદિ ચૂર્ણ ગંધક રસાયન ચાલતો હોય તોપણ વાપરવાની મને મારી ચિકિત્સામાં જરૂર જણાઇ છે. કારણ કે અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે દરરોજ આંતરડાં શુદ્ધ થવાં જોઇએ, એ ચામડીના વ્યાધિની ચાવી છે. આવા વ્યાધિમાં કેટલાક દરદીઓ રેચ લેવો જોઇએ એમ સમજી, વગર વિચારે ગમે તેવો રેચ લઈ લે છે, પણ એથી નુકસાન થાય છે એવી મારી ખાત્રી થઇ છે. તેમ જ નેપાળાની બનાવટ પૈકી ઇચ્છાભેદી કે અશ્વકંચુકી જેવી બનાવટ ચામડીના વ્યાધિમાં આંતરડાની શુદ્ધિ માટે ન લેવી એવો અમારો નમ્ર મત છે. કારણ કે સદરહુ બનાવટોમાં મુખ્ય નેપાળો હોય છે, તે ઉષ્ણ છે અને આંતરડાં ઉપર ક્ષત—ચાંદાં પાડી નાંખે છે. એટલા માટે નીચે આપવામાં આવેલ છે એ મંજીષ્ઠાદિ ચૂર્ણ રક્તશુદ્ધિ કરવામાં મદદ કરે છે અને દરરોજ જોઇએ તેટલો દસ્ત સાફ કરે છે. તેની અંદર રહેલી મજીઠ ઉત્તમ, રક્તશોધક, શીતળ અને ગુણકારી છે.

મંજીષ્ઠાદિ ચુર્ણ:

મજીઠ તો૦ ૨॥,	ગુલાબનાં ફુલ તો૦ ૨॥
હરડે તો૦ ૨॥,	મીંઢીયાવળ તો૦ ૧૦,
નસોતર તો૦ ૨॥,	સાકર તો૦ ૪૦.

દરેક વસ્તુને ખાંડી બારીક ચૂર્ણ બનાવવું. રાત્રે સૂતી વખતે અથવા સવારમાં ૦। થી ૦॥ તોલો પાણી અથવા દૂધ સાથે ફાકવું. લોહીબિગાડ, ઉપદંશ, ખસ, ખરજવું, જુની કબજીયાત, ઉદરરોગ, મંદાગ્નિ અને જીર્ણજ્વરમાં ઘણી ખુશીથી ઉપયોગ થઇ શકે તેવી નિર્દોષ દવા છે.

ઉપરની દવાઓ ખસ ખુજલીમાં ખાવા તરીકેની ઉપયોગી છે. નીચેની દવાઓના નુસખા બહાર ચોપડવા માટે ઘણા જ ઉપયોગી હોઇ અહીં આપું છું :

ઉપાય નં. ૧ :

આકડાનાં પાકાં પાતરાં નંગ ૬૦ લાવી તેને એક દોરામાં પરોવી પાણી ભરેલા વાસણમાં લટકતાં મૂકી, પાણી અડકે નહિ અને વરાળ લાગે એમ બાફવાં. પછી તરત તેનો રસ કાઢવો અને તે રસમાં તલનું તેલ તોલા ૪ નાંખી ચુલે ચડાવવું. એક ઉભરો આવે એટલે તેમાં ગંધક ઝીણો વાટેલો તો. ૨ (ગંધક લાકડીઓ લેવો) નાંખવો. ફરી એક ઉભરો આવે એટલે નીચે ઉતારી, ઠંડું થયે હલાવી એકરસ કરીને રહેવા દેવું. રાત્રે છાણાંનો તાપ સળગાવી એકાંત જગ્યાએ કપડાં કાઢી, એ દવા શરીર ઉપર લગાવતા જવું અને તાપતા જવું. એ પ્રમાણે કલાક દોઢ કલાક કરવું. ત્યારબાદ આખા શરીરે ગાયનું છાણ ચોળીને નાહી લેવું અને દૂધભાત ખાઇ સૂઇ જવું. એક વખતના પ્રયોગથી ખસ સૂકાઇ જાય છે. બહુ ચમત્કારિક છે. પરહેજી જરૂર પાળવી અને ખાવાની દવામાં ગંધક રસાયનનો અગીઆર દિવસ ઉપયોગ કરવો.

ઉપાય નં. ૨ :

કંપીલો, કપુર, ગંધક, મનશીલ, કાળાં મરી, ફુલાવેલ મોરથુથુ, ફુલાઇ સફેદી, સાકર, બોદાર,—એ બધી ચીજો સરખે વજને લઇ, ઝીણું વાટી, સુખડના તેલમાં મેળવી, ખસના ફોલ્લા અને લુખસ ઉપર લેપ કરવો—ચોળવું, એકાદ અઠવાડીઆમાં ઘણો સારો ફાયદો થાય છે.

ખાવાની દવા તરીકે ગંધક રસાયન અને મંજીષ્ઠાદિ ચુર્ણનો ઉપયોગ કરવો અને પરેજી પાળવી.

ઉપાય નં. ૩ :

પારો તો. ૨, ગંધક તો. ૨, મનશીલ તો. ૨, હરતાલ, તો. ૨, રાળ તો. ૨, કળીચુનો તો. ૨, કાથો તો. ૨, બરાસ તો. ૨.

પ્રથમ પારદ અને ગંધકની કજલી કરવી. બાદ તેમાં બધી વસ્તુ મેળવી બારીક ઘુંટવું. બાદ ગાયનું ઘી તો ૧૦ લઇ, કાંસાના વાસણમાં ૧૦૮ વાર પાણીથી ધોઇ ઉપરની દવામાંથી તોલા ૪ તેમાં મેળવી તેનો મલમ બનાવવો અને ખસના ઉપર લગાવવો.

આ ઉપચાર સમયે પણ પરેજી પાળવી. ગંધક રસાયનનો ખાવામાં ઉપયોગ કરવો. એથી થોડા જ વખતમાં ખસ નાબૂદ થઇ જાય છે.

ખસ હોય તે દરમ્યાન ન્હાવા ધોવામાં ખૂબ સ્વચ્છતા રાખવાની જરૂર છે. બને તેટલી ચોકખાઇ રાખવાથી એ વ્યાધિ જલ્દી નાબૂદ થાય છે અને તદ્દન મટી ગયા પછી પણ થોડો સમય 'ગંધક રસાયન' ચાલુ રાખવાથી લોહીમાંથી પણ રોગોત્પાદક પરમાણુંઓ પૂરેપૂરાં નાબૂદ થઇ જાય છે. બજારમાં મળતા જાતજાતના સાબુઓ બધા જ સારા હોતા નથી. કાર્બોલીક સાબુ આ વ્યાધિમાં ઠીક ગણાય છે; જંતુઘ્ન પાણી તરીકે હું તો બધા દર્દીઓને કડવા લીમડાનાં પાન પાશેર જેટલાં એક હાંડા પાણીમાં નંખાવી ઉપયોગ કરાવું છું. એ લીમડાનું પાણી મને જંતુઘ્ન અને રોપણ ગુણવાળું બહુ ઉત્તમ લાગ્યું છે. આજ સુધીની નવી નવી શોધની જંતુઘ્ન દવાઓ લીમડાના પાણી સાથે બરાબરી કરી શકતી નથી એમ હું ખાત્રીથી કહું છું.

કેટલાક વૈદો અને અનુભવીઓ ખસ અને લુખસ માટેની ખાસ પડી પોતે બનાવી, તૈયાર કરી રાખે છે, અને તે પાંચ–છ આનાની કિંમતે આપે છે. તેવી એક જ પડીથી સેંકડે એંશી ટકા દરદીઓને આરામ થયાનું જાણવામાં આવ્યું છે. તેઓ એ પડીઓમાં કઇ કઇ

ઔષધીઓ નાંખે છે એની મેં મારી શેાધક બુદ્ધિથી તપાસ કરી છે અને મારા અનુભવ મુજબ તેમાં આવતી દવાઓ, તેની બનાવટ, ઉપયેાગ તથા અસર અહીં રજૂ કરૂં છું :

ખસની પડી :

આમલસારેા ગંધક તેા. ૧, મનશીલ તેા. ૧, બાવચી તેા. ૧, આંબાહળદર તેા. ૧.

એ ચારે વસ્તુને અધખેાખરી ખાંડી ચાળીને એક માટીનું કેારૂં વાસણ દશ તેાલા પાણી માય તેવડું લઇ, રાત્રે ઉપરની ચીજો તેમાં પલાળી રાખવી. ખૂલ્લી જગ્યામાં મૂકી વાસણ ઉપર કપડું ઢાંકવું, સવારમાં તેને હાથથી ચેાળી, કપડાથી ગળી લઇ એકી સાથે એ પાણી પી જવું અને જે કુચા રહ્યા હેાય તેમાં એક તેાલેા મેારથુથુ નાંખી, ખૂબ લસેાટી, તલનું તેલ તેાલા ૧૦ તેમાં નાંખી ગરમ કરવું. તે ખૂબ ખદખદે એટલે નીચે ઉતારી, જરા ઠરવા દઇ આખા શરીરે ચેાળવું અને ચેાળ્યા પછી તડકે બેસવું. દવા પીધા પછી પાણી બીલકુલ પીવું નહિ. તડકે ચાર છ કલાક બેઠા પછી ભેંશનું છાણ ચેાળી, ઠંડા પાણીએ નહાવું અને મેાળું દહીં તથા ભાત ખાવા.

સાંજે રેાટલી, ઘી, સાકર જમવાં, પાણી ખેારાક લીધા પછી પી શકાય છે. તે પછી બીજા દશ દિવસ સુધી તેલ, મરચું, ખટાશ અને મીઠા—નીમક સિવાયનેા ખેારાક ખાવેા. અગીયારમે દિવસે બધી જાતના ખેારાકની છૂટ રહે છે.

દવાની અસર :

પડી પીધા પછી આખા શરીરે ખૂબ ગરમાઇ થઇને શરીર લાલચેાળ જેવું થઇ જાય છે અને ખસના ફેાડકા સુકાવા લાગે છે. બે દિવસ શરીર એટલું આળું થઇ જાય છે કે એથી જરીક ત્રાસ જણાય છે.

ચોથા દિવસથી શરીર ઉપરથી ફોતરી ઉખડી જઇ ધીમે ધીમે ખસ, ખુજલી અને ફોડકા ફોડકી સૂકાઇ જઇ, દશ દિવસમાં બધું નાબૂદ થઇ જાય છે. ઉપાય સરસ છે, જલદી સારૂં થઇ જાય છે તે પણ નજરે જોયું છે. પણ ધીરજ અને દશ દિવસની સખત પરહેજી તથા ચારેક દિવસની તકલીફ ખમવાની પૂરી હિમ્મતવાળાએ જ આ પ્રયોગ કરવો જોઇએ અને આવા પ્રયોગ કરતી વખતે અનુભવી વૈદ્યની સલાહ લેવાની પણ આવશ્યકતા રહે છે.

卐

પ્રકરણ ૩૦મું
દાદર અને ખરજવું

લુખસ અને ખસમાં ઝાઝો ભેદ નથી. ખસમાં શરીર ઉપર નાની ફોલ્લીમાંથી ફોડકા થાય છે અને એકબીજા સંધાઇને આખી જગ્યા થઇ જાય છે, ચાંદાં પડે છે, અને પરૂ પણ નિકળે છે; જ્યારે લુખસમાં માત્ર ઉન્હાળામાં નિકળતી અળાઇની માફક આખા શરીરમાં અળાઇઓ જેવી ફોલ્લીઓ થઇ આવે છે અને ખૂબ ચળ દિવસ રાત આવ્યા જ કરે છે. દરદી ખજવાળી ખજવાળીને થાકી જાય છે. ખસ કરતાં યે લુખસમાં ખૂબ ચળ આવ્યા કરે છે. છતાં અગાઉ બતાવેલા ખસના બધા ઉપાયો તેમાં કામે લગાડી શકાય છે. થોડા વખત પહેલાં એક અકસીર ખસનો મલમ અમારા હાથમાં આવેલો, જે ખસ લુખસમાં ઘણું સારૂં કામ કરતો જણાયો, તેની તપાસ અને પૃથક્કરણ કરતાં

તેમાં નીચે મુજબની દવાઓ હતી. એ બે દોઢીયામાં બને છે, તેની બનાવટ આ પ્રમાણે છે: પીળું વેસેલાઇન ઔંસ ૧, કાચો ગંધક ડ્રામ ૨. પ્રથમ પ્રાઇમસ ઉપર વેસેલાઇનને પીગળાવી નાંખી, ગંધકને બારીક વાટી, અંદર નાંખી, એકત્ર થાય એટલે નીચે ઉતારી, શીશીઓ ભરવામાં આવે છે. આ મલમ દેખીતી રીતે તદ્દન સાદો જણાય છે, છતાં ગુણમાં અપૂર્વ બને છે અને ખસ લુખસ ઉપર લગાવવાથી ઘણો સારો ફાયદો કરે છે.

દાદર સંબંધી લખતાં પહેલાં એ વ્યાધિ માટે જણાવવું જોઇએ કે ઘણે ભાગે દાદર અપવિત્રતા, અસ્વચ્છતા અને નહાવાધોવાની બેદરકારીવાળાને ઘણી થતી જોવામાં આવે છે અને તેની શરૂઆત પગની જાંગના મૂળમાં થાય છે. ખાસ કરી મીલના મજુરોને દાદર થતી વધુ જોવામાં આવે છે. આખો દિવસ સખત મજુરીમાં પસીનો વળતો હોય, કલાકોના કલાકો સુધી શરીરની સંભાળ લેવાનો અવકાશ ન હોય, જ્યારે મજુરી ઉપરથી છૂટે ત્યારે એને એવો અવકાશ કે અનુકૂળતા નથી હોતાં કે બિચારો આનંદપૂર્વક શરીરનાં અંગઉપાંગની સ્વચ્છતાની દૃષ્ટિને સામે રાખી સ્નાન કરી શકે. એ સિવાય મધ્યમ વર્ગનાં કુટુંબોમાં સ્નાન કરવાની રીત અને સગવડ બેઉ કઢંગી છે એમ કહ્યા વગર નથી ચાલતું. મનુષ્યની હરફર હોય એવી જગ્યાએ એકાદ ડોલ પાણી લઇને શરીર ઉપર ઢોળી દેવાથી સ્નાન પૂરૂં થયું સમજાય છે અને એથી જે અંગો ખાસ કરી વધારે સ્વચ્છ થવાં જોઇએ, તે અંગોને પૂરૂં પાણી પહોંચતું પણ નથી. જો કે કેટલાંક શહેરોમાં જ્યાં નળ અને ગટરનાં સાધનો છે અને જેઓ સ્નાનની વાસ્તવિકતા સમજ્યાં છે ત્યાં બાથરૂમ જુદા બનાવી સ્ત્રી પુરૂષો સારી રીતે સ્નાન કરી શકે તેવી સગવડ રાખી હોય એમ જોવામાં આવે છે. પરંતુ ઘણો મોટો ભાગ ઉપર કહ્યા પ્રમાણે યથાર્થ સ્નાન કરતો નથી અને એથી દરરોજ શરીરનાં છિદ્રોમાંથી બહાર નીકળેલો મેલ શરીર ઉપર રહેવા પામે છે, પસીનો આવે છે અને

દાદરની શરૂઆત થાય છે. ફરી તેણે ખણેલા નખો બીજી જગ્યાએ અડકે છે અને દાદરના ચક્કર પણ એ સાથે વૃદ્ધિ પામે છે. હાલમાં બજારોમાં દાદરના મલમો પુષ્કળ મળે છે. બે આના, ચાર આના, આઠ આનાની શીશીઓમાં એ વેચાય છે. તે બધી લગભગ વિલાયતી દવાઓની બનાવટ છે. સાદા વેસેલાઇનમાં 'ક્રાઇ સારોબીન', 'એસીડ સેટલીસીટ', 'એસીડ કાર્બોલીક' પ્રમાણસર મેળવેલાં હોય છે. અને એ બધી દવાઓ જંતુઘ્ન હોવાને કારણે થોડો ફાયદો કરે છે, અમુક વખતને માટે દાદર મટાડી પણ આપે છે, પરંતુ કાયમને માટે દાદર મટતી નથી, થોડા વખતે એ ફરી ઉબળે છે. એટલે આ નીચે દાદર માટે થોડી દેશી અનુભવની દવા આપું છું તેનો ઉપયોગ જાહેર જનતા કરશે તો જરૂર લાભ થશે:

દાદરનાશક સોગઠી નં. ૧

લાકડીઓ ગંધક તો. ૪, મોરથુથુ તો. ૧, ખડીયોખાર તો. ૧, સાકર તો. ૧, ગુગળ તો. ૦ાા, કુવાડીયાનાં બીજ તો. ૧, બાવચી તો. ૧, રાળ તો. ૧, એ સર્વનું ચૂર્ણ કરી, લીંબુના રસમાં ઘુંટી, સોગઠી વાળવી. દર વખતે એટલે દિવસમાં બે વખત જરા પાણી સાથે ઘસીને લગાવવું. દાદર મટી ગયા પછી પણ તે જગ્યાએ અઠવાડીઆ સુધી લગાવ્યા કરવું.

દાદરનાશક સોગઠી નં. ૨

ગંધક ગુજર, ફટકડી, ખડીયોખાર, આ ચારે વસ્તુને બકરીના દૂધમાં વાટી, સોગઠી બનાવવી. દરરોજ દિવસમાં બે વખત પત્થર ઉપર જરા પાણી મૂકી, ઘસી, દાદરની જગ્યાએ ચોપડવી, જરા ચોળવી. દાદર મટી ગયા પછી પણ દશેક દિવસ લગાવ્યા કરવી.

દાદરનો મલમ નં. ૧

કાથો, મનશીલ, કુવાડીયાનાં બીજ, માયાફળ, કપુર, લોદર, ઉપલેટ, આંબાહળદર, શેરી લોબાન, એલચી, હીમજી હરડે, સાકર,

એળીઓ, દીકામાળી, ચીકણું કંકુ, અફીણ, બાવળનો ગુંદર, કાળાં મરી, રસકપુર.

ઉપરની સઘળી વસ્તુ સરખા વજને લઇ, ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી, સો વખત ધોયેલા ઘીમાં મલમ બનાવવો. આ મલમ લાલ તથા કાળી ગમે તેવી દરાજ ઉપર ચોળવા-ચોટાડવાથી તાત્કાલિક અસર કરી નાબૂદ કરે છે.

દાદરનો મલમ નં. ૨

કળીચુનો, મનશીલ, ગંધક, હડતાળ, ગેરૂ, શેરી લોબાન, કંપીલો, અફીણ, ખડીયોખાર, રેવંચીનો શીરો, બોદાર, સીંદુર, મોરથુથુ ફુલાવેલો, કુવાડીયાનાં બીજ, આમળાં, રાળ, હળદરનો બાળેલો કોયલો.

ઉપરની સઘળી વસ્તુ સરખા વજને લઇ, ખાંડી, વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેમાંથી દશ તોલા લેવી. બાદ કોકમનું ઘી તો. ૧૦, મીણ તો. ૧૦, ગાયનું ઘી તો. ૧૦, તલનું તેલ તો. ૧૦, એ ચારે વસ્તુ ચૂલે ચઢાવી એકરસ થઇ જાય એટલે નીચે ઉતારી, કપડે ગાળી લઇ ઉપરની દવાનો પાઉડર તોલા ૨ મેળવી દઇ, ઠરવા દેવાથી મલમ તૈયાર થશે. કાળી અથવા લાલ દરાજને દરરોજ લીંબડાના પાણીથી ધોઇ સાફ કરી નાંખી, આ મલમ જરા દાબીને લગાવવો. દર વખતે લીંબડાના પાણીથી ધોઇ મલમ લગાવવો. ગમે તે જાતની દાદર લાલ અથવા કાળી સર્વાંગે થયેલી અને ઉથલો મારી ફરી ફરી થતી દરાજ જડમૂળથી નાબૂદ થઇ જાય સાફ છે. તે ફરી થતી નથી.

ખરજવાં બે પ્રકારનાં હોય છે. લીલાં અને સુકાં. લીલાં ખરજવાં પાક ઉપર ચઢે છે ત્યારે શરીરમાં ઝપાટાબંધ ફેલાય છે, અત્યંત પીડા કરે છે અને પૂરો ત્રાસ આપે છે. તેનો ચેપ પણ શરીરમાં જલદી લાગે છે અને કેટલીક વખત એટલો ત્રાસદાયક આ વ્યાધિ થઇ પડે છે કે દરદી ત્રાહી ત્રાહી પોકારે છે. વળી જેમ જેમ આ ખરજવાંને

મટાડવાને માટે દાહક અને ઉગ્ર દવાઓ ચોપડવામાં આવે છે તેમ તેમ તે વધુ ફેલાય છે. મારી જ્ઞાતિના એક ભાઇ લગ્નપ્રસંગે એક શહેરમાં ગએલા. તેમના પગ ઉપર એકાદ ફોલ્લી થઇ. આ ભાઇ જરા ઉતાવળા હોઇ એ ફોલ્લીને મટાડવા દવાખાને પહોંચ્યા. ઉપરથી લાગતી આ ફોલ્લીના ગર્ભમાં શું શું ભર્યું હશે એની કોને ખબર ? દવાખાનાના અનુભવી પટ્ટાવાળાએ ફોલ્લી ફોડી નાંખી અને ઉપર ટીંચર આયોડીન લગાવ્યું. બીજા છ કલાક ગયા અને એ ફોલ્લી ફરતી બીજી ત્રણ ચાર ફોલ્લીઓ થઇ આવી. ફરી એ ભાઇ દવાખાને પહોંચ્યા અને ડોકટર સાહેબને વિનતિ કરી કે જરાક પગ પર થયેલું બે ચાર ફોલ્લીઓનું ચક્કર મટાડી આપો, ભલે એકાદ રૂપીયો ખર્ચ થાય.

એટલે એમને માટે વેસેલાઇનમાં ઝીંક, બોરીક, એસીડ કાર્બોલીક જેવી દવાઓનો મલમ બનાવી આપ્યો અને એમણે વાપર્યો. બીજા બારેક કલાકે બે બે ઇંચ ફરતી જગ્યા ઘેરાઇ અને પાક વધ્યો. પીડા પણ વધી. એનો ઘેરાવો વધતો ચાલ્યો. અને એમણે પણ પછી તો બે વખત દવાખાને જવા માંડયું. દરદે પણ હામ ભીડી. આઠેક દિવસમાં ઢીંચણથી માંડી પગના પોંચા સુધીનો ભાગ સડયો. પીડા અને સડવાની વૃદ્ધિ તો આશ્ચર્યકારક હતી.

પછી એમણે દવાખાનું બદલ્યું. નવા ડાકટર અને નવા અખતરા અજમાવતાં બીજા આઠેક દિવસ ગયા, દરદ ચામડી છોડી માંસ સુધી પહોંચી ગયું હતું. રસી, સડો અને વેદના આગળ વધ્યે જતાં હતાં. એટલે એ ભાઇ કોઇ સ્પેશીયાલીસ્ટ અને મહારથી ચિકિત્સકની શોધમાં નિકળ્યા.

જ્યાં મહોલ્લે મહોલ્લે મહાનુભાવો દુનિયાનાં દુઃખ દૂર કરવા ખાતર ચકચકતાં કબાટો અને ખુરશી ટેબલો લગાવી બેઠેલા એવા એક શહે-

રમાં જઇ દરદ બતાવ્યું અને પ્રત્યુત્તરમાં સાંભળ્યું કે 'તમારા પગનું હાડકું સડે છે એટલે પગ કપાવવો પડશે.'

માલીક મહેર કરે! ખીલતી કળી સમા આ યુવાનને શરીરમાંનો એક પગ કપાવી, જીંદગીભર લંગડા બનવું ગોઠયું નહિ અને તે પાછા ઘેર આવ્યા. 'ઘરનો જોગી જોગટો અને પરગામનો સિદ્ધ' એવી આપણામાં કહેવત છે. છતાં છેવટે મારી સલાહ લેવાની તેમની થોડી ઇચ્છા થઇ. તેમની સ્થિતિ અને હકીકત સાંભળી મને ખ્યાલ આવ્યો કે આ લીલું ખરજવું કેમ ન હોય? અને તે દાહક દવાઓથી ઉશ્કેરાઇને ફેલાતું જતું હોય તો?

મેં એક વિનતિ કરી જોઇ: 'ભાઇ! હવે તમે દવાથી હારી ગયા છો. છેવટે પગ કપાવવો એવી સલાહ છે, તો એકાદ અઠવાડિયું બધી ધમાધમ બંધ કરી, મારી બુદ્ધિ પ્રમાણે વર્તવા કૃપા કરશો?' એમને એ રૂચ્યું અને તેઓ સહમત થયા.

પ્રથમ તો લોટની જરા એરંડીયું નાંખીને પોટીસ બનાવી, પગે રોટલાની માફક બાંધી અને દર બે બે કલાકે પોટીસ બદલવાની વ્યવસ્થા કરી, ખોરાકમાં દૂધ ભાત આપી, અગાઉ ગંધક રસાયન મીઠાના યોગથી બનતો બતાવ્યો છે તે દિવસમાં ત્રણ વખત આપવો શરૂ કર્યો. બાર કલાક સુધી પોટીસ બદલવી શરૂ રાખી, રાત્રે એમને નિરાંતે ઉંઘ આવી ગઇ. સવારમાં પોટીસ ખોલતાં ઉપરના સડતા ભાગનું બધું કવર પોટીસ સાથે નીકળી આવ્યું. અંદરથી પાણી ઝરતું તે તથા રસી વગેરે પુષ્કળ નીકળી જવાથી પગ ચોકખો અને લાલ અંકુરવાળો જણાવા લાગ્યો. બીજા બે દિવસ એ જ પ્રમાણે પોટીસ ચાલુ રાખી. એથી આગળ દરદ ફેલાતું બંધ થયું, નવી નિકળતી ફોલ્લી બંધ થઇ ગઇ અને રસી તેમ જ પાણીનાં ઝરણાં બંધ થઇ, પગ ચોકખો, આળો અને લાલ અંકુરવાળો માલૂમ પડવા લાગ્યો.

પછી કરંજીયું તેલ તો. ૨॥, કંપીલો તો. ૨॥ અને સીંદુર તો. ૦॥નો મલમ બનાવી, આછો મલમ પગ ઉપર લગાવી, ખૂલ્લો પગ રહેવા દીધો. બાર કલાકે લીંબડાના પાણીથી પગ ધોઈ ફરી મલમ લગાવ્યો. આઠેક દિવસની સારવારથી છેડાના ભાગથી પગ રૂઝાવા લાગ્યો, વચમાં વ્રણ જેવા ખાડા પડેલા તે પણ પૂરાવા લાગ્યા અને પગ તદ્દન સારો થઇ જશે એમ સંપૂર્ણ આશા બંધાઇ. એ જ સારવારથી બાવીશ દિવસે પગ તદ્દન સારો થઇ ગયો, છતાં મલમ અને પરેજી તેમ જ ખાવામાં ગંધક રસાયન બેંતાલીસ દિવસ સુધી ચાલુ રાખવાથી પગ ઉપર ખરજવાનું નામોનિશાન ન રહ્યું.

લીલા ખરજવામાં મારો ચોક્કસ અનુભવ થયો છે કે દાહક દવાઓ તેને બહુ વિરૂદ્ધ પડે છે. એટલે જ શીતળ, સૌમ્ય અને જંતુઘ્ન દવાઓ જો સમજી વિચારી કામે લગાડવામાં આવે તો મુશ્કેલીમાં મૂકાવા જેવું થતું નથી.

સૂકાં ખરજવાં ઘણું કરી હાથપગના કાંડા ઉપર જ થાય છે. તેનાં ગોળ ધારાં બને છે, ખજવાળ પુષ્કળ આવે છે ત્યારે ઉપરથી ખણી નાંખવાથી જરા આળું થાય છે, ફરી ઉપર ભુરૂં પડ બંધાય છે અને દરદી તેને ખોતરી કાઢે છે. એ બહુ જૂનાં થયાં પછી મટતાં નથી; જ્યારે નવાં જલદી મટે છે, અને તેને માટે ખાસ પ્રયત્નો કરવામાં આવે તો જૂનાં પણ સારાં થઇ જતાં અનુભવ્યાં છે. કહેવાની જરૂર નથી કે લોહીબીગાડના પરિણામ રૂપે આવા વ્યાધિઓ થાય છે. એટલે નાના અથવા મોટા ખરજવાવાળા તેમ જ જૂના અથવા નવા ખરજવા-વાળા જો પરહેજી પાળી, મીઠું બંધ કરી, ગંધકરસાયનનો ઉપયોગ ચાલુ કરે અને તે માટેના બતાવેલા ઉપાયો કામે લગાડે તો ચોક્કસ અને સ્થાયી લાભ થાય છે.

બીજા ઉપચારો બતાવું તે પહેલાં એક નજીવો લાગતો વગર દવાનો ખરજવાનો ઉપાય અહીં બતાવ્યા વગર ન ચાલે તેવો છે. એથી

એક નહિ અનેકને સરસ લાભ થયેા છે, તદ્દન મટી ગયાં છે. એ જ ઉપાય હું લખું છું. વાચક અજમાયેશ કરી લાભ મેળવશે.

ખરજવું થયેલી જગ્યા ઉપર શણુનેા–ગુણુપાટનેા કકડેા બરાબર બાંધી દેવેા. ઉપર દેારીથી એ જગ્યા પેક કરવી. વીશ દિવસ સુધી એ પાટેા ઉખાળવેા નહિ. ગુણુપાટને બદલે જાડી ખાદીનેા કકડેા પણુ ચાલે. પરંતુ એ પાટેા બે ત્રણુ આંટી મારી જરા જાડેા બાંધવેા કે જેથી એ પાટા ઉપર હાથ ફેરવવા છતાં ખરજવા ઉપર અસર થાય નહિ. આ પ્રમાણે બાંધેલેા પાટેા વીશ દિવસે અને વધીને મહિને જ્યારે ખેાલવામાં આવે ત્યારે આશ્ચર્યની માફક ખરજવું તે જગ્યાએથી નાબૂદ થઇ જઇ, સ્વચ્છ ચામડી થઇ ગઇ હશે.

આ બાબત સાંભળેલી નહિ પણુ નજરે જોયેલી છે. આવા પાટાની અંદર કેાઇ પણુ જાતની કરામત નથી, પરંતુ દાદર અને ખરજવામાં ચેાક્કસ પ્રકારની જીવાત હેાય છે. એ જીવાતને જીવંત રહેવાને માટે રક્ત પરમાણુંઓની જરૂર પડે છે ત્યારે તે હલનચલન કરે છે અને આપણુને મીઠી ચળ આવે છે. જ્યારે આપણે એ જગ્યાએ ખણીએ છીએ ત્યારે એ ખણુવાથી જીવાતને આગળ વધવાથી પેાષણુ મળવાને સરળતા થઇ પડે છે, પરંતુ ગમે તેટલી ચળ આવે છતાં કેાઇ ધીરજવાન પુરૂષ દાદર તથા ખરજવાને જો ખણે નહિ તેા તે આપેાઆપ સૂકાઇ જઇ નાબૂદ થઇ જાય છે. છતાં જો જાગૃતિ કે ઉંઘમાં એકાદ વખત થેાડું પણુ ખણુવામાં આવ્યું કે જીવાતને પેાષણુ મળે છે. પરંતુ આ રીતે પાટેા બાંધ્યા પછી એ જગ્યાએ હાથ ફેરવી શકાતેા નથી, તેને લઇ જીવાત નાશ પામવાથી ખરજવું આપેાઆપ નાબૂદ થઇ જાય છે. પરંતુ પાટેા બાંધવામાં આવ્યેા હેાય અને અંદર જરા સરખી ખરજ આવતાં પાટાને સાથે રાખીને ઘૂંસવા લાગે તેા ખરજવું મટતું નથી. એ સાથે એ પણુ ખ્યાલ રાખવેા જોઇએ કે આ ઉપાય સૂકા ખરજવા માટે છે,

ખરજવાનો ઉપાય નં. ૧

કડવો લીંબડો હોય તેનું પાકટ લાકડું લાવી તેના ઝીણા આંગળ આંગળના કકડા કરવા. પછી તે કકડા એક માટલામાં ભરી માટલાના મ્હોં ઉપર તારની જાળી અથવા ઘોડાના પૂછડાનો વાળનો ડૂચો મારી પાતાળ યંત્રથી ચૂવો કાઢવો. એ ચૂવો ખરજવા ઉપર ચોપડવાથી ખરજવું જડમૂળથી સારૂં થાય છે. દરરોજ સાબુથી ધોઇને ચૂવો લગાડવો. લીંમડાનું લાકડું ઘાંચીની ઘાણીનું મળે તો સારૂં. તેમાંથી ચૂવો સરસ નીકળે છે.

ખરજવાનો ઉપાય નં. ૨

પારો તો. ૨, ગંધક તો. ૨. એઉને બે દિવસ ઘુંટી કજલી બનાવવી. તેમાં કરંજીયું તેલ તો. ૨ાા, મોરથુથુ તો. ૦ાા, ગંધક તો. ૦ાા, હડતાલ તો. ૦ાા, રસકપુર તો. ૧, બરાસકપુર તો. ૦ાા નાંખી, બરાબર ઘુંટી મલમ બનાવવો. તેમાં કોલટાર તો. ૫ મેળવી બે ત્રણ દિવસ તડકે મૂકવું અને બે ત્રણ વખત હલાવવું, આ મલમ ખરજવા ઉપર ચોપડવાથી ખરજવાં સારાં થાય છે.

ખરજવાનો ઉપાય નં. ૩

વાલની દાળ તો. ૫, રાઇ તો. ૫, અજમો તો. ૫, એ વસ્તુને એક પછી એક કલેડામાં નાંખી જુદી જુદી બાળીને કોલસા કરવા. પછી તેમાં ગંધક તો. ૨, મનશીલ તો. ૨, રસકપુર તો. ૨, મોરથુથુ તો. ૧ મેળવી, કરંજીયું તેલ મલમ થાય તેટલું નાંખી, મલમ તૈયાર કરવો. ખરજવા ઉપર અકસીર છે.

ઉપરના મલમોમાં ઝેરી ચીજો પડતી હોવાથી મલમ દરદી ઉપર લગાવ્યા પછી જે હાથે લગાવ્યો હોય એ હાથ બરાબર સાબુથી ધોઇને બીજી જગ્યાએ અડાવવો, નહિ તો નુકસાન થવા સંભવ છે.

卐

પ્રકરણ ૩૧મું

કોઢ

ચામડીના વ્યાધિમાં કોઢ એ એક બહુ દુઃખદાયક, સુંદરતાનાશક અને પૂર્વના કે આજન્મના પાપના પ્રદર્શન સમો, મનુષ્ય-શરીરમાં શરમીંદાપણું આપનારો વ્યાધિ છે. કોઢીઓ કે કોઢીલો મનુષ્ય જાણે પાપાત્મા જીવ હોય તેમ સમાજમાં, જ્ઞાતિમાં, કુટુંબમાં અને પ્રેમમાં, સમુદ્રમાં તરતાં છીપલાની માફક જુદો તરી જઇ, પોતાના શરીરને છુપાવતો, માનસિક વિટંબના સહન કરતો, પોતાની જાતને શાપ આપતો અને વ્યાધિમાંથી છૂટવાને વલખાં મારતો આપણે જોઇએ છીએ ત્યારે તેના તરફ દયા ઉપજ્યા વગર રહેતી નથી. શરૂઆતમાં આ વ્યાધિથી તે ગાભરો બને છે, પછી, ઉપાયો આદરે છે. એનો ક્રમે કરી કોઢ મટતો નથી તથા તે ધીમે ધીમે શરીરમાં વધતો જાય છે. પછી તો એ એનો નિત્યનો સંગાથી બની જાય છે, કોઢ સાલતો નથી. જોનાર એકાદ વખત તેને ટીકી લે છે. કોઢીલો એનું એકાદ કટાક્ષ સહન કરી લઇ ગળી જાય છે. દૃષ્ટા દૃશ્ય બેય, પૂર્વપરિચિત બને છે.

કોઢનું દુઃખ–તેમાં ચળ આવવી, તાપ નહિ સહન થવો, શરીરમાં ગરમાઇ રહેવી અને કેટલીક વખત સોસ આવી જવો. આ ઉપરાંત તે વધારે દુઃખ દેતો નથી. પરંતુ એથી થતી શરીરની કદરૂપતા કોઢીયાના મન ઉપર જબરૂં દુઃખ જમાવે છે. બીજા સુંદરતાના નમૂના સરીખા મનુષ્યોનો જૂવે છે ત્યારે તેના અંતરમાં આત્મવિટંબના જન્મે છે અને એકાદ બે નિશ્વાસો પ્રાયશ્ચિત્તના નાંખી એ દિવસો ગુજારે છે.

'કોઢ બે પ્રકારના છે: (૧) ગલીત કુષ્ટ (પત) અને (૨) સફેદ કોઢ. સફેદ કોઢમાં પણ રક્ત અથવા કાળો કોઢ એમ બે વર્ગ થાય છે. પ્રથમ આપણે પત–ગલીત કુષ્ટ સંબંધી વિચાર કરીશું.

ગલીત કુષ્ટ સંસ્કૃત શબ્દ છે અને એને ગુજરાતીમાં ગળતો કોઢ કહી શકાય. તેનું બીજું નામ પત પણ છે. આ વ્યાધિ આહાર-વિહારના અતિ વિષમપણાને લઇને થાય છે. ખાસ કરીને જાહદ ગુજરાતમાં—સુરત જીલ્લામાં તેમ જ ગોવા પ્રદેશમાં આ ઉપદ્રવ વિશેષ જોવામાં આવે છે. તેમ જ યુરોપમાં પણ આ વ્યાધિ થાય છે. વ્યાધિની શરૂઆત પ્રાથમિક સ્વરૂપમાં પ્રથમ પગનાં આંગળાંના નખમાંથી થઇ ધીમે ધીમે તે શરીરમાં ફેલાય છે. પ્રથમ નખનું કુદરતી સ્વરૂપ નાશ પામી, ભૂખરા શ્યામલ રંગના બને છે, અને આગળના ભાગમાંથી સડવા લાગે છે. છેવટે ખરી જાય છે. જેમ વ્યાધિનું જોર વધારે તેમ તેના સ્વરૂપમાં વધારો થતો રહે છે. પછી એ નખમાંથી પરૂ, પાણી ઝરે છે, અને તે કહેવાય છે. વળી નખની માફક આંગળાંનો ભાગ પણ સડતો જઇ ખરવા લાગે છે. ત્યારપછી નાકની ઉપર, તાળવામાં અને અનુક્રમે શરીરના બીજા ભાગમાં સડો પેદા થાય છે. જ્યારે આ વ્યાધિનું પૂર્ણ સ્વરૂપ શરીરમાં પ્રગટે છે ત્યારે શરીર પરૂ, પાણી, રક્તથી વહેતું, દુર્ગંધ મારતું, દુઃખની પરાકાષ્ટા ભોગવતું અને સદેહે નરકની ઝાંખી કરાવતું, મનુષ્યશરીરના મોહ અને ચામડી ઉપરના ચળકાટની ભિતરમાં શું રહ્યું છે તેની તદ્રૂપતાનો ભાસ આપનારૂં બને છે. દર્દીની પાસે કોઇ પણ માણસ ઉભો રહેવા ઇચ્છતો નથી. તેની બદબો અને શરીરની સ્થિતિ એવી ભયાનક અને સડતી માલૂમ પડે છે કે પ્રભુની અપાર લીલા જોઇ મનુષ્યનો ગર્વ ગળી જાય છે.

આ વ્યાધિમાં ઔષધો દેશી અને વિલાયતી છે. નવી થીયેરી અનંત છે. અનેક ઇન્જેકશનો અને બનાવટો બહાર પડી ચૂકી છે, પણ ખાત્રી લાયક ભરોંસાપાત્ર ઔષધ કોઇ નથી. તે સોએ સો ટકા કામ કરી શકતાં નથી. જો કે એ માટે એક ફકીરી અજબ ચમત્કારિક પ્રાણી જ ઔષધ છે. તેને આ વ્યાધિનો ઉપાય નહિ પણ દૈવી સંશોધન કહી શકાય. અહા ! પરમકૃપાળુ પરમાત્માની સૃષ્ટિમાં અનંત

જીવોમાં કેવા અજબ ગુણો મૂકેલા છે કે જે મનુષ્યોને ઉપકારી બને છે. બિચારા કોઇને પણ ખાસ હાનિ નહિ પહોંચાડતાં પોતાનો નિર્વાહ સ્વશક્તિથી કરી લઇ જરૂર જણાતાં પોતાની કાયાને અર્પણ કરી, મનુષ્ય ઉપર ઉપકાર કરનારા જીવજંતુઓનો નાશ કરવાની આપણે વૈજ્ઞાનિક શોધો કરીએ છીએ એ શું આપણી સ્વાર્થાંધતા નથી ?

કેતુરમાં એક ફકીર પતના રોગને મટાડવામાં અત્યંત પ્રસિદ્ધિ પામ્યો હતો. આ ફકીર કોઇ પણ જાતની દવા ખવરાવ્યા સિવાય, દરદીને માત્ર ત્રણ દિવસ ખીચડી ખવરાવી આ દરદ મુદ્દલ નાબૂદ કરતો. માત્ર દરરોજનો ખોરાક ચોખામગની ખીચડી ત્રણ દિવસ ખવરાવે અને એ ભયંકર દરદ નાબૂદ થાય, તે ચમત્કાર જેવો તેવો ન ગણાય. ફકીર એક મહાત્મા તરીકે પૂજાવા લાગ્યો, અને તે ખીચડી પણ દરદી આવે તેજ દિવસે ખવરાવે એમ નહોતું. પરંતુ દરદીને પાંચ સાત દિવસ રોકાઇ જવું પડતું. ગુરુઆજ્ઞા થાય ત્યારે એ ખવરાવતો. એ ખીચડી ખવરાવ્યા પછી દરદીના શરીરમાંથી નિકળતો મેલ લીલા પીળા રંગનો દુર્ગંધ મારતો અને ચોક્કસ દિવસોમાં આ વ્યાધિ તદ્દન નાબૂદ થઇ જતો. ફકીરની ખીચડી એક ગુરૂગમ હતી, અને તે ખીચડી એકાંતમાં બેસીને તૈયાર કરતો. એ ખીચડી તૈયાર થતી વખતે કોઇને પણ ત્યાં દાખલ કરવામાં આવતા નહિ અને એથી લોકો માનતા કે એકાંતમાં સાંઇબાવા કોઇ ગુપ્ત ઇલમ ખીચડી ઉપર પઢતા હોવા જોઇએ.

'રિસાલા હીકમત' નામની કિતાબના કર્તાએ આ પ્રયોગમાં મંત્ર છે કે તંત્ર એ જાણવા માટે પરિશ્રમ કર્યો અને યુક્તિપ્રયુક્તિથી જાણી લીધું કે સદરહુ ફકીર આપણા ઘરની અંદર ફરતું ગરોળી નામનું પ્રાણી જે ભીંતને ચોંટી રહી વળગી રહે છે અને અનેક નાની જીવાતો ખાઇ પોતાનો નિર્વાહ ચલાવે છે તે ગરોળીને પકડી લઇ એક લુગડાની પોટલીમાં બાંધી દેતો અને એક વાસણમાં ખીચડી, પાણી અને

ગરોળીવાળી પોટલી બધું સાથે નાંખી ખીચડી રાંધતો. ખીચડી રંધાઈ ગયા પછી ગરોળીને બહાર કાઢી નાંખી તે ખીચડી દરદીને ખવરાવતો. આ પ્રમાણે એક દરદી માટે ત્રણ ગરોળીઓની જરૂરીયાત તેને પડતી. અને એ જ્યાંસુધી તેને મળી ન આવે ત્યાંસુધી દરદીને રોકી રાખતો.

આ ઉપરથી 'જંગલની જડીબુટ્ટી'ના કર્તાએ તે પ્રયોગ બહાર મૂકયો. પરંતુ ધર્મના બાધ તળે આવી હિંસા સનાતની માનસ ધરાવતો હિંદુ ન કરી શકે. એથી નીચે પ્રમાણે પ્રયોગ અહિંસક હોઇ, ગુણમાં સમાન હોવાથી અત્રે રજુ કરીએ છીએ:

માટીના એક નાના વાસણમાં અરધો શેર જેટલી ચણાની દાળ ભરી તેની અંદર જીવતી બે ત્રણ ગરોળીઓ પૂરી એ વાસણને બંધ કરી પંદર દિવસ રાખી મૂકવું. તેથી ગરોળીની લાળ, મૂત્ર વગેરેથી તે દાળ ભીંજાઇ જાય છે. બાદ તે દાળને છાંયે સુકવીને રાખી મૂકવું. જ્યારે જરૂર જણાય ત્યારે એ દાળમાંથી અરધો તોલો દાળ વાટી તેનો હલવો બનાવી દરરોજ બે વખત આપવો અને તે લગભગ પંદરથી વીસ દિવસ ચાલુ રાખવાથી અજબ રીતે આ વ્યાધિ નાબૂદ થાય છે.

પત-ગલીત કુષ્ટના કેસો મને વધુ મળી શક્યા નથી, એટલે આ બાબતમાં મારો વિશેષ અનુભવ નહિ હોવાથી હું આ પ્રયોગ જનતા સમક્ષ મૂકું છું અને જેઓ હિંસાની તરફેણમાં ન હોય તેમને દાળવાળો પ્રયોગ કરવા આગ્રહભરી ભલામણ કરૂં છું.

સફેદ કોઢ બાબત મારો સંકડો વખતનો અનુભવ છે અને જેઓને જન્મથી સફેદ કોઢ હોય અને જેમનું આખું શરીર તદ્દન કોઢથી છવાઇ ગયું હોય એટલે મૂળ ચામડીનું બિલકુલ પરિવર્તન થઇ ગયું હોય તેમણે કોઢ મટાડવા પ્રયત્ન ન કરવો એવી મારી ખાસ ભલામણ છે.

પરંતુ જે કોઢની શરૂઆત હાથ પગના કાંડાથી થઇ છે, જે મંડળઆકારે ધીરે ધીરે વધે છે અને શરીરમાં જુદી જુદી જગ્યાએ

જુદા જુદા ચાઠા રૂપે નિકળે છે, તેવા દરદી ધીરજ અને શ્રદ્ધા રાખી નીચે બતાવેલા પ્રયોગને અજમાવશે તો હું ખાત્રી આપું છું કે તેમનો કોઢ સંપૂર્ણ નાશ પામી, ચામડી અસલ રૂપમાં આવી જશે તેમ જ ફરીથી કોઢ થશે નહિ.

સાથે મારે વિનતિ એ પણ કરી લેવી જોઇએ કે કોઢ મટાડવા ઇચ્છા ધરાવનારે ચાર છ દિવસમાં કે પાંચ પંદર દિવસમાં કોઢ મટી જાય એમ ધારી નીચેના પ્રયોગ અજમાવવા નહિ, તેમ જ તેટલા સમયમાં મટાડવા કોઇ ચિકિત્સક બીડું ઝડપે તો વિશ્વાસ પણ કરવો નહિ. આ દવાનો કોર્સ ઓછામાં ઓછો ત્રણ મહિના અને વધારેમાં વધારે છ મહિનાનો છે, અને એટલો સમય જે ધીરજ રાખી શકે, સંયમ અને પરહેજી જાળવી શકે તે કોઢમુક્ત થશે એની હું ખાત્રી આપું છું.

પ્રયોગ નં. ૧

શુદ્ધ કર્યા સિવાયનો ટંકણખાર તો. ૧૦ તથા આમલસારો ગંધક તો. ૧૦ બન્ને એક દિવસ ખરલમાં ઘુંટવા. બાદ ત્રણ ચાર વખત કપડમટ્ટી કરેલી અગનશીશીમાં એ ચૂર્ણ ભરવું. અગનશીશી ૧૬ ઔંસ કે તેથી જરા મોટા પ્રમાણની હોવી જોઇએ. પછી શીશીનો ભાગ ગળા સુધી રેતીમાં સમાઇ જાય અને મોઢું ખુલ્લું રહે એવી રીતે એક કુંડામાં ગોઠવી ફરતી રેતી ભરી (આ યંત્રને વાલુકા યંત્ર કહે છે) ચૂલે ચઢાવવું. અંદર ગંધક પીગળી રસ થઇ જાય તેટલો તાપ આપી શીશીને નીચે ઉતારી, શીશીના બે ટુકડા કરવા અને અંદરથી સંભાળપૂર્વક દવા બહાર લઇ લેવી. તેની અંદર કાચના ટુકડા ન આવે તેનો ખ્યાલ રાખવો. એ ઔષધનું વજન કરવું, જેટલું વજન તેનું થાય તેનાથી આઠગણાં તાજાં મેંદીનાં ફુલ લઇ એક ખરલમાં ઉપરની દવા તથા મેંદીનાં ફુલ બધું સાથે નાંખી ખરલ કરવું. તે સૂકાઇ જાય અને તદ્દન કોરૂં પડી જાય ત્યાંસુધી ઘુંટવું: બાદ શીશીમાં ભરી મજબૂત બુચ મારી રાખવો.

કોઢના દરદીને સવાર સાંજ એ ઔષધ પા પા તોલો આપવું અને ઉપરથી શાસ્ત્રોક્ત મહામંજીષ્ઠાદિનો ઉકાળો પાવો. માત્ર મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથમાં વાવડીંગની જગ્યાએ દેકામાળી નાંખવો.

દરદીને ઝાડો બરાબર ન થતો હોય તો મીંઢીયાવળનાં પાતરાં, બીજ વિનાની કાળી દ્રાક્ષ અને ગુલાબનાં ફુલ ત્રણે સરખા વજને લઇ તેનું ચૂર્ણ કરી, તેમાંથી દરરોજ સાંજે સૂતી વખતે બે રૂપીઆભાર ચૂર્ણ દરદીને પાણી જોડે આપવું. તેથી મળની ગાંઠેગાંઠો નીકળી જશે. મીંઢીયાવળથી પેટમાં ચૂંક આવે તો મીઠી બદામનું તેલ રૂા. ૧ ભાર પીવા આપવું, પરંતુ આ ચૂર્ણ તો જરૂર આપવું, તેમ જ પ્રમાણ ઓછું કરવું નહિ.

ખોરાકમાં કેવળ દૂધ અથવા દૂધ ભાત સિવાય બીજો ખોરાક આપવો નહિ. મસાલો, તેલ, કોઇ પણ જાતના ક્ષાર અને મીઠું તદ્દન બંધ કરવું. દ્રાક્ષ અને અંજીર આપવામાં વાંધો નથી.

બહારના ઉપચારમાં લીંબડાની લીંબોળી તથા દારૂડીનાં બીજનું તેલ જેટલું હોય તેટલું ચાલમોગરાનું તેલ કોઢવાળી જગ્યા ઉપર માલીસ કરવું અને બે ત્રણ કલાક પછી ગરમ પાણીથી સ્નાન કરવું.

આ પ્રયોગ ચાલીશ દિવસનો છે. તે વધીને ત્રણ મહિના સુધી લંબાવવો. અવશ્ય આશાતીત લાભ થાય છે અને દરદ નાબૂદ થાય છે. ચાલમોગરા કલકત્તા તરફ થાય છે. તેના બીજનું ચૂર્ણ પણ કુષ્ટ રોગમાં વપરાય છે અને તે અજબ ગુણશાળી છે, ચાલમોગરાનું તેલ વિલાયતી દવાઓ વેચનાર કેમીસ્ટોને ત્યાંથી મળે છે.

ઉપાય નં. ૨

આ ઉપાય અત્યંત ઉપયોગી, અનુભવસિદ્ધ અને સચોટ અસરકારક છે. તેમાં ત્રણ પ્રકારનાં ઔષધ વપરાય છે. તેલ, લેપ, અને રસ, ત્રણેની બનાવટ અને ઉપયોગ આ નીચે આપીએ છીએ.

(૧) તેલ :

એરંડાનાં બીજ તેા. ૮, તુલશીનાં બીજ તેા. ૮, બાવચી તેા. ૨૦, ચકવડ (પુંવાડીયાનાં બીજ) તેા. ૧૦, કડવી કંદુરીનાં બીજ, લીંડી-પીપર, અકેાલ, કઠ, ચિત્રક મૂળની છાલ, અમલવેતસ, મનશીલ, ગેામચી, હીરાકસી, હરડે, વાવડીંગ, વર્ક્ષ હડતાલ, અરણીના મૂળની છાલ અને કાથેા એ દરેક ચાર ચાર તેાલા. ઉપરની સઘળી વસ્તુને ખાંડી, વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું અને તે ચૂર્ણમાં ગાયનું મૂત્ર નાંખી એક દિવસ ખરલ કરવું.

બાદ એક લેાઢાની કડાઇમાં ગાયનું મૂત્ર તેા. ૮૦, ગાયનું દૂધ ૮૦ તેાલા, બકરીનું મૂત્ર ૮૦ તેાલા અને સરસીયું તેલ ૧૬૦ તેાલા નાંખી ઉપરની દવાએાનું ચૂર્ણ અંદર નાંખી અગ્નિ ઉપર ચઢાવી બધી વસ્તુ બળી જઇ માત્ર તેલ રહે એટલે ગાળી શીશીમાં ભરવું.

(૨) લેપ :

હાથીનાં લીંડાં સુકાં હેાય તેને બાળી તેની રાખ શેર ૧ લેવી. તેને હાથીના મૂત્ર શેર ૮ માં પલાળવી. પલાળતી વખતે રાખ અને મૂત્રને ખૂબ હલાવી રાખી મૂકવાં. ચેાવીસ કલાક પછી ઉપરથી નીતરેલું મૂત્ર જુદા વાસણમાં કાઢી લેવું અને નીચે બેઠેલી રાખેાડી ફેંકી દેવી. બાદ બીજી એક શેર હાથીનાં લીંડાંની રાખ એ જ મૂત્રમાં પલાળવી અને ચેાવીશ કલાકે ઉપરથી મૂત્ર લઇ રાખને ફેંકી દેવી. એ પ્રમાણે આઠ શેર રાખને પલાળવી અને ઉપરથી મૂત્ર નીતારી લઇ રાખને ફેંકી દેવી. બાદ જે મૂત્ર રહે તેમાં બાવચીનું બારીક ચૂર્ણ તેા. ૪૦ નાંખી, ધીમી આંચે પકવી ઘાટું થાય ત્યારે નીચે ઉતારી સેાપારી જેવડી સેાગઠી વાળી રાખવી.

(૩) રસ :

બાવચી તેા. ૮૦ લઇ તેને ગાયના મૂત્રમાં ૨૧ દિવસ પલાળી રાખવી. એકવીશ દિવસ બાદ તેમાં આઠ તેાલા ઉત્તમ લેાહભસ્મ

તથા આઠ તોલા ઉંચી જાતની હરડેનું ચૂર્ણ નાંખી, સૂર્યના તાપમાં બધાંને સૂકવી લેવું. ગૌમુત્ર તદ્દન સુકાઇ જવું જોઇએ. ત્યારબાદ એ વસ્તુને ૨૧ ભાવના ભોરીંગણીના ઉકાળાની આપવી. ઉકાળો દરરોજ નાંખી, સાંજે ઘૂંટતાં ઘૂંટતાં સુકાઇ જાય એનું નામ ભાવના સમજવી. એવી રીતે ભાવના આપ્યા પછી તેની અંદર જેટલું ચૂર્ણ હોય તેનાથી અર્ધા વજને પારદ (શુદ્ધ અષ્ટસંસ્કારિત) તથા તેટલો જ ગંધક–અર્થાત્ પારદ અને ગંધક મળીને ચૂર્ણ જેટલું વજન થાય તેટલું લઇ, પારદ ગંધકને ભેગાં ઘૂંટી કજ્જલી બનાવી, ઉપરની દવા સાથે ત્રણ ભાવના નાગરવેલના પાનના રસની આપી સૂકવી બાટલી ભરવી.

ઉપયોગ અને સમજ

પ્રથમ ચિત્રકમૂળની છાલનું બારીક ચૂર્ણ કરી રાખવું. તે ચૂર્ણમાંથી અરધો તોલો ચૂર્ણ દોઢશેર ગાયના દુધમાં નાંખી રાત્રે તેનું દહીં જમાવવું. સવારમાં દવા લેતી વખતે ઉપરના દહીંમાં તેટલું જ પાણી નાંખી વલોવી છાશ બનાવવી. આને ચિત્રકમૂળની છાશ સમજવી.

(૧) સ્હવારમાં ઉપર લખેલી છાશમાંથી તોલા ૨૦, શુદ્ધ આમલસારો ગંધક ત્રણ માસા તથા ઉપર બતાવેલો રસ છ માસા છાશમાં મેળવી પી જવું અથવા ગંધક અને રસને મોઢામાં મૂકી ઉપર છાશ પીવી.

(૨) ઉપરની દવા લીધા પછી એક કલાકે ઉપર બતાવેલી લેપની સોગડી પત્થર ઉપર પાણી સાથે ઘસીને કોઢના ડાઘ ઉપર લેપ કરવો. એ લેપ બે કલાક રહેવા દઇ લુગડાથી લુછી નાંખવો અથવા પાણીથી ધોઇ નાંખવો.

(૩) લેપ ધોઇ નાંખ્યા પછી કોઢના ડાઘ પર ઉપર બતાવેલું તેલ ચોળવું. આ પ્રકારે સવાર સાંજ બન્ને વખત ખાવાની, ચોપડવાની અને ચોળવાની દવાનો ઉપયોગ કરવો.

અસર અને પરિણામ

દવા શરૂ કર્યા પછી એક અઠવાડીયામાં કોઢના ડાઘની જગ્યાએ બારીક ફોલ્લીઓ થઇ બીજા અઠવાડિયામાં એ ફોલ્લીઓ પાકે છે અને તેમાંથી દુષિત પાણી ઝરે છે.

ત્રીજા અઠવાડિયામાં એ ફોલ્લીઓ રૂઝાવા લાગી ચામડી અસલ રૂપ ધારણ કરે છે. જ્યારે એ ફોલ્લીઓ પાકવાની તૈયારી કરી રૂઝાવા ઉપર હોય ત્યારે શુદ્ધ કેસર લીંબુના રસમાં ઘૂંટી ડાઘ ઉપર લગાવવું અને તેના ઉપર અહીં બતાવેલ ખાવાની દવા–રસ આપેલો છે તે છાંટવો.

ખોરાક

પહેલા અઠવાડિયામાં ચિત્રકની છાશ અને ભાત. બીજા અઠવાડીયામાં છાશ, ભાત અને મગની દાળ. ત્રીજા અઠવાડીયામાં ગાયનું ઘી અને ભાત.

આખા શરીર પર મોટા મોટા ડાઘ હોય, મોઢા ઉપર, હોઠ ઉપર અને આંખો ઉપર ડાઘ હોય તેમણે ત્રણ મહિના આ પ્રયોગ કરવો પડે છે. આ પ્રયોગથી ઘણા જૂના કોઢ સારા થયા છે. અનેક કેસો સારા થયા છે. કોઢવાળાને નવું સ્વરૂપ મળે છે. વૈદ્યો જો આ પ્રયોગ શરતીયા ઇલાજ તરીકે કરશે તો તેમને ધન, યશ અને કીર્તિ મળશે, સેંકડો નહિ હજારો રૂપીઆ મળશે. માત્ર આ દવા એક ધનાઢયને ચાલતી હોય ત્યારે એક ગરીબને વિનામૂલ્યે કરી આશીર્વાદ જરૂર મેળવો.

卐

પ્રકરણ ૩૨મું

પ્રણુ-ધા-નાઈ

એક દેશમાં દુકાળ પડેલો ત્યારે આખા પ્રદેશના માણુસો પોતાનાં બાળબચ્ચાંને સાથે લઈ જ્યાં પોતાનું ગુજરાન નભે અને જીવનનિર્વાહ થાય તેવી જગ્યાએ જવા માટે ઉચાળા ભરી રવાના થવા લાગ્યા. બાદશાહના મહેલની નીચે થઈને નીકળવાનો માર્ગ હોઈ લોકોને ત્યાંથી રવાના થતા જોઈને મહેલના જરૂખામાં બેઠેલા બાદશાહના કુંવરને એ દશ્ય જોઈ પૂછવાની ઈચ્છા થઈ.

'પ્રધાનજી! આ લોકો બધા ક્યાં જાય છે?' પ્રત્યુત્તરમાં પ્રધાને જણાવ્યું: 'ખુદાવિંદ! આ લોકોમાં ભુખમરો છે, બેકારી છે, એટલે જ્યાં-માલીક-કિસ્મત લઈ જાય ત્યાં ટૂકડો રોટલો મેળવવા જાય છે.'

'પ્રધાનજી! શા માટે એ લોકો ભૂખે મરે છે? એ લોકો ખાજાં અને ખાંડ શા માટે નથી ખાતા?'

બિચારા આશાએશમાં ઉછરેલા બાદશાહના કુંવરને ખબર અને ખ્યાલ પણુ ક્યાંથી હોય કે ટૂકડો રોટલો જેને ન મળતો હોય તેને શેરશેર ઘીનાં ખાજાં કેવાં?

આજે આર્યાવર્તનો સમાજ પણુ બાદશાહના કુંવર જેવી વાતો કરતાં શીખ્યો છે. રજનું ગજ અને કાગનું પીંછ વાતો વાતોમાં બનાવી, નજીવા વ્યાધિમાં પણુ વ્યાધિગ્રસ્તનાં દિલ એવા વહેમના વમળમાં વહેતાં મૂકે છે કે તેને કિનારો કેમે કરી હાથ નથી લાગતો.

લગભગ છ એક મહિનાની વાત છે. મારા એક સંબંધીને બપોરનો ખોરાક લીધા પછી સાધારણુ ઉલટી થઈ અને ગળા તથા હડ-

પછી વચ્ચે સોજો આવ્યો, સાંજ થતાં સોજો વધ્યો. બીજા દિવસે એકાદ ડાકટર સાહેબની સલાહ લીધી. ઘરગથ્થુ ઉપચાર બંધ કરીને એમના ઉપચારો શરૂ કર્યા. ત્રીજા દિવસે સ્થાનિક ઉપચારોની સાથે ઇંજેકશનો અને મિશ્રણોના ડોઝો શરૂ કર્યા. છતાં દરદ તો જાણે વધેલું તે ઘટે નહિ પણ વધે જ જાય. જોવા આવનાર તો ખાર્જા અને ખાંડ ખાવા જેવી વાતો કરે, અને એથી એમને છેવટે અમદાવાદ લઇ જવામાં આવ્યા.

એક સખાવતી હોસ્પીટલમાં તેમને રાખ્યા. હોસ્પીટલના ચિકિત્સકોની ત્યાંના દરદી પ્રત્યે બેદરકારી અને હોસ્પીટલમાં કામ કરતા ડાકટરોની ખાનગી પ્રેકટીસમાં દરદીઓને લઇ જવાની આડકતરી ભાવના જો અક્ષરશઃ લખવામાં આવે તો આ લેખ નહિ પણ એક ચર્ચાપત્ર બની જાય અને એ ચર્ચાપત્રમાં અમે જીતીએ કે કેમ—તેની શંકા છે. એટલે હૃદય ઉપર હાથ મૂકીને કેવળ સત્ય ઘટના લખતાં સંકોચ નથી થતો કે લોકકલ્યાણના અર્થે, ગરીબોને રાહત અર્થે બંધાતાં આવાં સમર્થ ઔષધાલયોના સંબંધની પ્રત્યેક ઝીણી બાબતોની તપાસ કેમ તેના વ્યવસ્થાપકો નહિ રાખતા હોય ?

દર્દીની ફરિયાદને સાંભળવી નહિ, તેના પ્રશ્નોનો શાંતિપૂર્વક કે તેને સંતોષ થાય તેવો જવાબ આપવો નહિ. માત્ર ધંધાની ધૂન કે ઓપ પડે એવા વટની ઢબછબ જરૂર અસંતોષદાતા ગણાય. ખેર, હતભાગ્ય હિંદ માટે એ જ કિસ્મત લખાયું છે !

ત્રણ દિવસ હોસ્પીટલમાં દર્દીને રાખ્યો. ગળાનો સોજો છાતી સુધી આવેલો. ઉપચારમાં ફક્ત એકાદ પ્રવાહી લોશનનું પોતું મૂકવામાં આવતું. એ સિવાય ન તો ઉપચારની દરકાર રખાતી, ન તો દર્દીનું નિદાન કરી સંતોષ અપાતો.

દર્દીએ ચોથે દિવસે સત્યાગ્રહ શરૂ કર્યો અને કસાઇને ત્યાં વિનાશ પામતા બકરાની માફક મરવા કરતાં ઘરઆંગણે મરવું પસંદ કરી, હૉસ્પીટલ છોડીને તે ઘેર આવ્યો.

દરદનું નિદાન કરતાં ગળા ઉપરનો સોજો એ રતવા-વિસર્પ જણાયો, અને ગુલાબજળમાં દશાંગ લેપ (પાઠ આગળ આપવામાં આવશે) ચોપડવો શરૂ કર્યો. સોજા ઉપર પાતળો લેપ અને જ્યાં વધારે સખ્તાઇ હતી ત્યાં જરા જાડો લેપ કરી જેમ સૂકાય તેમ ફરી ફરી ઉપરાઉપરી લેપ કરવામાં આવ્યો. આશ્ચર્યની સાથે ચોવીસ કલાકમાં સોજો આજુબાજુથી ખેંચાઇ ઉતરતો આવ્યો તેમ તેમ ગળા ઉપરની ગાંઠ બહાર તરતી થઇ. બરાબર ગાંઠ બહાર નીકળ્યા પછી ઉપર દોષઘ્ન લેપ ખાટી છાશમાં વાટી લગાડવાથી ગાંઠ ફુટી ગઇ, રસી નીકળી ગઇ ને એ જ લેપથી સખ્તાઇ વેરાઇ જવાથી સંપૂર્ણ આરામ થયો.

રતવા-વિસર્પ, વિદ્રથી, ગડ, એ બધા માંસમાંથી આવનારા વ્યાધિઓ છે. એની શરૂઆત માંસમાંથી થાય છે છતાં તે દોષ જ્યારે વૃદ્ધિ પામે છે ત્યારે મેદ અને હાડકાં સુધી પણ પહોંચે છે.

શાસ્ત્રમાં વિદ્રથોના પ્રકાર છ ગણાવ્યા છે; પરંતુ આપણે અહીં શાસ્ત્રીય ચર્ચામાં નહિ ઉતરીએ. અનુભવ અને ગુરૂગમથી જણાયું છે કે કોઇ પણ વિદ્રથીને ભૂલે ચૂકે પણ નસ્તર મુકાવવું નહિ. નહિતર પાંચ પંદર દિવસમાં જે વિદ્રથીઓ પાકી ઉપર આવી ફુટીને રૂઝાઇ જાય તેવી હોય છે, તેના ઉપર નસ્તર ચલાવવાથી મહિનાઓ અને મહિનાઓ સુધી તે લંબાય છે અને છેવટે તેમાંથી નાડીવ્રણ થાય છે, એટલે ઉપરાઉપર ઓપરેશન થાય છે અને તેમાં વરસો વીતે છે.

કોઇ પણ શરીરના ભાગમાં સોજો આવતો જણાય, અંદર દર્દ થતું જણાય ત્યારે પ્રથમ તો દર્દીને ગુલાબજળ અને ગુલે અરમાની, અથવા સોનાગેરૂ લીલું સુકું ચોપડયા કરવું અને ખાવા માટે પથ્યા-ગુગળની ગોળી સવાર સાંજ બબ્બે આપવી, જેથી વિદ્રથી-ગાંઠ અંદર નહિ

ઉતરતાં ઉપર તરી આવશે અને ઉપર તરી આવ્યા પછી કાળા દ્રાક્ષના ઠળીયા કાઢી નાંખી, ખૂબ બારીક વાટવી. એટલે કાળા મલમ જેવો લોંદો થાય, તેને લુગડા ઉપર લગાવી, ઉપર કંકુ (ચાંદલો કરવાનું) ભભરાવી, પટ્ટી લગાડવી, જેથી એ ગાંઠ ફુટી જશે અને એ જ દ્રાક્ષની પટ્ટીથી રૂઝ પણ આવી જશે. ઘણી સ્ત્રીઓને બાળક ધાવતું હોય છે ત્યારે દૂધની અમુક સેર અમુઢાવાથી સ્તન ઉપર ગાંઠ થઇ આવે છે, તે પીડા કરે છે. જો એના ઉપર નસ્તર ચલાવવામાં આવે તો કેટલીક વખત સ્તનનો અમુક ભાગ વિનાશ પામી દૂધ આવતું નષ્ટ થાય છે. તે માટે ઉપરનો ઉપચાર ગુલાબજળ, સોનાગેરૂ અને દ્રાક્ષની પટ્ટીનો એક ચમત્કાર જેવો અને હજારો સ્ત્રીઓને સારો લાભ કરનારો અનુભવનો ઉપચાર છે. એથી વાચકવર્ગ બહેનો ઉપર થતા નસ્તરપ્રયોગથી તેમને બચાવી આવા ઉપચારનો ઘેર ઘેર પ્રચાર કરે અને આશીર્વાદ મેળવે. હું ખાત્રી આપું છું કે કોઇ પણ કેસમાં આ ઉપચાર નિષ્ફળ નહિ જાય.

સુરતના એક પરોપકારી વૈદ્યરાજનો બતાવેલો તડકાનો મલમ પણ બહુ જ ઉપયોગી અને ગાંઠો—ગ્રંથીઓ માટે સોનાથી પણ કિંમતી છે, જેનો પાઠ અહીં આપ્યા વગર ચાલે તેમ નથી.

તડકાનો મલમ

પારો તો. ૩, ગંધક તો. ૩, શેરી લોબાન તો. ૩, ગુજર તો. ૨, ગુગળ તો. ૩, કોડીયો લોબાન તો. ૩, અને દેશી કપુર તો. ૧૮.

પ્રથમ પારાગંધકની કજલી કરવી. બાકીનાં વસાણાં જુદાં જુદાં વાટવાં. પછી કપુરને ખરલમાં નાંખી તે કપુરને ચૈત્ર વૈશાખના સખ્ત તાપમાં તડકે મૂકવું અને તડકે બેસી વાટવાનું શરૂ કરવું. થોડી વારે શેરી લોબાન નાંખવો અને ઘૂટવું. શેરી લોબાન તેમાં મળી જાય

એટલે પછી ગુજર, પછી ગુગળ, પછી કોડીયો લોબાન અને છેલ્લે પારાગંધકની કજલી નાંખી, ખૂબ ઘૂટવું. એ વાટતાં મલમ જેવો થઇ જાય એટલે ભરી રાખવો.

આ મલમની એ ગાંઠ ઉપર પટ્ટી મારવાથી એ ગાંઠ પાકે છે. પાકવા જેવી ન હોય તે ઓગળી જાય છે; અને પાકેલી ફુટે છે તથા ફુટેલી રૂઝાઇ જાય છે. માત્ર એક જ મલમ ત્રણ જાતનાં કામ કરે છે. ઓપરેશનના પ્રવાહમાં વહેતા બિરાદરો આવા ઉપચાર તરફ વળી, તેને નજરે જોવાથી દેશી ઔષધોના ચમત્કારને માટે અપૂર્વ શ્રદ્ધા પ્રાપ્ત કરે છે.

હવે જ્યારે આવા ગડોને પકાવવામાં, રૂઝવવામાં બુદ્ધિપૂર્વક કામ કરવામાં નથી આવતું ત્યારે તેમાંથી વ્રણ અને નાડીવ્રણ થાય છે. તેને માટે વિલાયતી દવાઓ નવી નવી શોધાય છે: જંતુઘ્ન અને રોપણ. જે દવાઓ આ વરસે પ્રચારમાં–વપરાશમાં ડીસ્પેન્સરીઓએ મૂકી હોય તે આવતા વરસે ન હોય. ત્યારે વળી નવી દવાઓ શોધાઇ હોય અને તેના અખતરા થતા હોય છે; જ્યારે દેશી વૈદક પોતાના સિદ્ધાંત અને ચોક્કસ નિર્ણયને નથી ફેરવતું–નથી ફેરવવાનું.

દેશી વૈદક વ્રણમાં પણ વાત, પિત્ત, કફ આદિક દોષોને ઘટાવે છે. તે માને છે કે વ્રણમાં વાયુ વિના સણકા થતા નથી, પિત્ત વિના બળતરા થતી નથી અને કફ વિના પરૂ થતું નથી. અર્થાત્ એક દોષ, બે દોષ અને ત્રિદોષનો સમન્વય વ્રણમાં પણ બતાવેલો છે.

અમુક ભાગ જ્યારે પાકવાની શરૂઆત કરે છે ત્યારે તેમાં અગ્નિતત્ત્વ ઉત્પન્ન થાય છે અને અગ્નિતત્ત્વની હમેશાં ઉર્ધ્વગતિ હોવાથી કુદરતી રીતે થતો પાક આસપાસના ભાગને નહિ બગાડતાં ઉપરના ભાગને બગાડી, પકવી બહાર આવે છે. પરંતુ જો તે પાક ઉપર નસ્તર ચલાવવામાં આવે છે તો અંદરથી અગ્નિતત્ત્વ ઉપર આવવાનો

જે પ્રયત્ન કરતું હોય છે અને ઉપર આવવા માટે તેણે જે સ્થાન મુકરર કરેલું હોય છે, તેને નસ્તર મૂકનાર નહિ જાણતો હોવાથી તે એક બાજુથી નસ્તર ચલાવે છે, જ્યારે અગ્નિતત્ત્વ પોતાનો માર્ગ જુદો જ લે છે. એટલે એ વ્રણ ઉપર બે ભેદ પડે છે. મૂળ વ્રણ અને નસ્તરથી બનાવેલું આગંતુક વ્રણ. એ પછી એ વ્રણને હમેશાં સાફ-સુફ કરી, પહોળું રાખી, રોજના થયેલા પરૂને બહાર કાઢવા પ્રયત્ન કરવો પડે છે; જ્યારે દેશી ઉપચારથી આટલી કાળજી નહિ રાખવા છતાં પણ વ્રણ રૂઝાઇ જાય છે. તેનું કારણ છે અગ્નિતત્ત્વે શોધેલો કુદરતી માર્ગ.

એટલે જો પાક થાય છે તો તે ઉપર આવ્યા વગર રહેવાનો નથી. અર્થાત્ તે ફૂટવાનું છે. તો તેને ઓપરેશનની શી જરૂર? હા, જરૂર એટલી ખરી કે તે અગ્નિતત્ત્વને જોર આપે, મદદ કરે અને તેના માર્ગને સહેલો કરી આપે. એવા ઉપાયો–પોટીસ, બફારા, શેક અને ફોડવાના ઉપચારો દેશી વૈદકમાં ક્યાં નથી? પણ જેને ચક-ચકિત ચાકાં શરીર ઉપર ઘેાંચાવવાં હોય તેને કોણ ના કહી શકે?

વ્રણના છિન્ન, ભિન્ન, વિદ્ધ, ક્ષત, પિચ્ચિત, અને ધૃષ્ટ એવા છ ભેદો છે. છતાં બધાં વ્રણો રૂઝાઇ જાય, ભરાઇ જાય એવા કેટલાક દેશી ઉપચારો નીચે બતાવ્યા છે. તે ચોક્કસ અને એટલા અસરકારક છે કે તેને વાપરી અજમાયેશ કરવાથી ખાત્રી થશે.

લીંબડાનું તેલ

કડવા લીંબડાનાં પાતરાં દસ તોલા લઇ, સુકવીને તેને ઝીણાં ખાંડવાં. પછી તલનું તેલ ૪૦ તોલા લઇ તેને તવીમાં ગરમ કરવું. ગરમ થયા પછી લીંબડાંનાં પાતરાંનો ભૂકો ચપટી ચપટી નાંખતા જવું. એટલે તે ભજીયાની માફક તળાઇ બળી જશે. તમામ બળી ગયા પછી તે તેલને કપડાંથી ગળી એક શીશીમાં ભરી મૂકવું.

જે વ્રણુ નાનું હોય પણુ જેની આસપાસથી પરૂ આવતું હોય ત્યાં લીંમડાના તેલની પીચકારી મારવી અને ઉપર સાદા મલમની પટ્ટી મારવી, જેથી વ્રણુ રૂઝાઇ જાય છે. પરંતુ હાથની હથેલી, આંગળીના સાંધા, નખના સાંધામાં જો દર્દ થતું હોય તો તે જગ્યાએ કોઇ પણુ ઉપચાર નહિ કરતાં ધતુરાનાં પાતરાં વાટી તેની લુગદી બાંધવી, જેથી જાદુની માફક તે સ્થાન સારાં થાય છે.

卐

પ્રકરણ ૩૩મું

નાડીવ્રણુ

આગળ કહેવામાં આવી ગયું છે કે કોઇ પણુ ગડ પાકીને ફુટયા પછી તે અંદરથી નહિ રૂઝાતાં ઉપર રૂઝાઇ જવા પામી, સંકેલાઇ જઇને એક સોયની અણી જેટલું છિદ્ર રહે છે અને અંદરથી રસી આવ્યા કરે છે, સડો અંદરના ભાગમાં માંસની સાથે સંબંધ ધરાવતો હોય છે અને ત્યાંથી આગળ વધી પછી નાડી સાથે સંબંધ જોડાય છે, તથા એનું રૂપ નાડી સાથે લાગેલું હોય એટલે એને નાડીવ્રણુ કહે છે. આવા નાડીવ્રણોને માટે વિદેશી ચિકિત્સામાં ઓપરેશન સિવાય બીજો ઉપાય નથી. છતાં એ લોકો ઓપરેશન કરી, અંદરથી રૂઝ લાવતા લાવતા ઉપર આવીને અટકે છે અને જો અંદર જરા પણુ કચાશ રહી ગઇ તો ફરી ઓપરેશન કરે છે. એટલે એ કાપાકુપીમાં સમય, સ્વાસ્થ્ય અને નાણુંની મોટી બરબાદી થાય છે. કરાચી ખાતે રણુછોડ લાઇનમાં આજથી

દશ વરસ પહેલાં સંસ્થાના કામકાજે હું બે મહિના માટે ગયેલો. ત્યાં મને એક દરદી સાંપડયો, જેને સાથળના મૂળમાં બદ થયેલી. તેનું ઓપરેશન સીવીલ હોસ્પીટલમાં કરાવ્યા પછી તેને રૂઝાવવા માટે એણે નવ મહિના હોસ્પીટલ સેવેલી. પાંચ સાત વખત ઉજળા ચપ્પુના અખતરા થયેલા, છતાંએ રૂઝાતાં ઉપર આવે એટલે પછી તેમાંથી નાનું છિદ્ર ધારણ કરનારૂં નાડીવ્રણ થઇ જાય. એ ભાઇ પછી તો ખૂબ ખૂબ કંટાળેલા અને દેશી વૈદકનું શરણું શોધતાં મારો ભેટો થયો. એમને ત્રણ મહિના માટે ચણા, ખાંડ, હીંગ, માછલી, અને દારૂની પરેજી કરાવી. પંચગુણ તેલની પીચકારી વ્રણમાં મારવામાં આવતી અને પથ્યાગુગળની બબ્બે ગોળી સવાર સાંજ આપવામાં આવતી. ત્રણ મહિને એ ભાઇ રોગથી બિલકુલ મુક્ત થયેલા.

આજની થીયેરીવાળાને ગુમડામાં પણ વૈદ્યો આવી પરેજી કેમ આપતા હશે એમ લાગે ! પણ અમારા સિદ્ધાંત પ્રમાણે શરીરમાં કોઇ પણ જગ્યાએ પાક શરૂ થયો એટલે તેનું વ્રણ હોય કે નાડીવ્રણ હોય, પરંતુ દરદી જો ચણા ખાય છે તો તેમાં મસા પડી જાય છે, ખાંડ ખાય છે તો પરૂનો વધારો કરે છે, હીંગ ખાવાથી વ્રણ આડો ફાટે છે અને માછલી તથા દારૂથી વ્રણમાં અગ્નિતત્ત્વ ઉગ્ર રૂપ ધારણ કરીને તેને રૂઝાવા નહિ દેતાં વધારે ફેલાવો કરે છે. આ પદાર્થો શરીરનાં અવયવો ઉપર તાત્ત્વિક દૃષ્ટિથી એવો કઇ જાતનો ફેરફાર કરે છે, એ સંબંધમાં જો ઉંડા ઉતરીએ તો લંબાણ વધે. એટલે આ સ્થાને તો એટલું જ જણાવવું જોઇએ કે ઉપરની પાંચે ચીજો જો વ્રણ, નાડીવ્રણ કે હાડગંભીર અર્થાત્ હાડકાનો સડો થતો હોય તેમાં બંધ કરવામાં આવે તો તાત્કાલિક ફાયદો થાય છે એ ચોક્કસ છે. નાડીવ્રણમાં બીજો ઉપચાર પણ અત્યંત મહત્ત્વનો છે અને તે મુજબ કરવાથી સો કેસમાં પંચાણું સારા થાય છે અને ઓપરેશનની ઝાલામાંથી છૂટી જવાય છે.

હવે પ્રથમ એ તપાસ કરવી કે વ્રણુ કેટલે ઉંડેથી છે, અથવા તેા તેણે આજુબાજુની કેટલી જગ્યા બગાડી છે. તેની તપાસને માટે હાથથી આજુબાજુની જગ્યા જરીક દબાવવી. જેટલે છેટે તે પાક થએા હશે તેટલેથી દબાવતાં વ્રણુના મેાઢા ઉપર પરૂ આવશે. તેથી નિર્ણય કરી શકાય છે કે વ્રણુ આટલેા આડેા કે ત્રાંસેા ગયેલેા છે. એ નક્કી કરવા માટે કેાઇ પણુ વખત વ્રણુમાં સળી નાંખવી નહિ, જેવી રીતે ડાકટરેા નાંખે છે.

ઉપર પ્રમાણે વ્રણુના પાકનેા નિર્ણય કર્યા પછી કાચા હીંગળેાકનેા ગાંગડેા પત્થર ઉપર ઘસી જ્યાંથી પરૂ આવતું હેાય ત્યાંથી વ્રણુના મેાઢા સુધી લીંટેા કરવેા–ચેાપડવેા. ત્યારપછી અગાઉ બતાવેલ લીંબડાના તેલની પીચકારી ભરી વ્રણુના મેાઢામાં જરાક દાખલ કરી, જે બાજુ વ્રણુ ગયેા હેાય તેની સામી દિશાથી મારવી. એટલે વ્રણુના છેક છેડા સુધી એ તેલ પહેાંચી શકે. ત્યારબાદ તલનું તેલ તેા. ૨॥, દેશી મીણુ તેા. ૨॥ અને બેરજી તેા. ૫ નેા મલમ બનાવી એની પટ્ટી વ્રણુના મેાઢા ઉપર મારવી. અને એ મલમની પટ્ટી ઉપર કાગળનેા કકડેા મૂકી પાટેા બાંધવેા. આ પ્રમાણે દરરેાજ એક વખત ઉપચાર કરવેા. એથી ગમે તેટલેા ઉંડેા, દેાઢેા કે આડેા વ્રણુ હશે અને એાપરેશન કરાવવાની જરૂર જણાતી હશે તેા પણુ એ આ ઉપાયથી રૂઝાઇ જશે, અરે તદ્દન નાબૂદ થશે એમ હું ચેાક્કસ અને હિંમતપૂર્વક કહું છું, માત્ર ઉપરની બતાવેલી પરેજી તથા આ ઉપરનાં ઔષધેામાં કેાઇ પણુ જાતનેા ફેરફાર કરવામાં પેાતાના ડહાપણુનેા ઉપયેાગ ન કરવેા એવી વિનતિ છે.

બીજી એક અગત્યની બાબત રહી ન જાય એવી ઇચ્છાએ એક બીજો એટલેા જ મહત્ત્વનેા ઉપાય બતાવી આપું: ચેામાસામાં કેટલીક વખત પગનાં તળીયામાં, બાવળનેા કાંટેા, લેાઢાની ખીલી કે લાકડાની ફાચર વાગવાથી પગનું તળીયું સૂજી જઇને અત્યંત પીડાય છે. કાંટા

અંદર રહ્યો હોય કે ખીલી અંદર ગઇ હોય અથવા કાચનો ટુકડો અંદર રહેવા પામ્યો હોય તો એ પીડા અતિશય વધે છે, સોજો આવી પાક ઉપર ચઢે છે. ડોકટરો એને કાપે છે, પણ પછી બને છે એવું કે પગ પાક ઉપર ચઢી વધારે સડતો જાય છે. જેમ જેમ ચપ્પુ કે કાતરથી કોમળ ચામડી કાપવામાં આવે છે, તેમ તેમ બીજો ભાગ બગડતો જઇ પરિણામે ઘણાને આવી સાધારણ લોઢાની ખીલી વાગવાના કારણે પગ કપાવવાનો વખત આવી લાગે છે અથવા ત્રણ ત્રણ મહિના સુધી હોસ્પીટલ સેવવાનો સમય આવે છે. તેમના માટે નીચેનો ઉપાય એટલો સરસ, લાભદાયક અને ફળીભૂત થયેલો છે કે વગર ઓપરેશને પગમાં રહેલો કાંટો, કાચ કે ખીલી નીકળી જાય છે, સોજો ઉતરી જાય છે અને રૂઝ પણ એક જ ઉપચારથી આવી જાય છે. છતાં તેમાં દવાની કિંમત માત્ર ૧ પૈસો છે. પ્યારા વાચકો ! આ આપ ગોખી રાખજો, નોંધ કરી લેજો અને દયાળુ વૃત્તિવાળા થઇ પગની પીડાથી દુઃખી થતા હરકોઇ જનને બતાવી પુણ્યના ભાગીદાર બનજો. આ ઉપચારથી પગને વાગવાથી થયેલી મહાવ્યથા જો ન મટે તો લેખકના નામ ઉપર લાલ શાહીથી છેકો મારી આપજો.

એ પ્રયોગ આ રહ્યો :—

પગના તળીયામાં વાગવાથી પીડા થાય, પાકની શરૂઆત થાય કે અંદર કંઇ રહી ગયું હોય તો પ્રથમ ગરમ પાણીથી એ જગ્યાને ઉપરથી ધોઇ નાંખવી, તેની અંદર માટી વગેરે ભરાયેલ હોય તો ધીમે હાથે ખોતરી કાઢવી.

પછી એરંડીયું તેલ જે વાસણમાં ભરી રાખવામાં આવતું હોય તે વાસણમાં નીચે જે કચરો બેસે તે કચરો, ગોળ, મીઠું, હળદર અને માથાના વાળ એ પાંચે વસ્તુને સરખા વજને લઇ, લોઢાની કડછીમાં નાંખી અગ્નિ ઉપર ખદખદાવવું. બરાબર ગરમ થઇ ગયા પછી એક લુગડાના કકડામાં એ બધી વસ્તુ ગરમ ગરમ મૂકી,

પગના જે ભાગમાં વાગેલું હોય ત્યાં ગરમ ગરમ એ પોટલીના ચમકા દેવા અર્થાત્ શેકવું. જ્યારે એ ઠંડું થઇ જાય ત્યારે લુગડામાંથી બહાર કાઢી તેની થેપલી બનાવી, પગના તળીયા ઉપર જ્યાં કાંટો, કાચ કે ચુંક વાગેલ હોય તેના મોઢા ઉપર બાંધવું. દિવસમાં બે વખત આ પ્રમાણે પાટા બદલવા અને બન્ને વખત નવા પદાર્થો લેવા. માત્ર જો વાગેલી જગ્યાએ પરૂ થયું હોય તો જરા સોયથી કે કાંટાથી ઉપરથી જરાક ખોતરી, મોઢું કરી આપવું અને ઉપરનો ઉપચાર શરૂ કરવો. ત્રણ દિવસમાં જ્યાં ઉંડો કાંટો, કાચ કે ખીલી હશે ત્યાંસુધી પાક થઇ આવી, આપોઆપ બહાર નિકળી જશે. નિકળી ગયા પછી પણ આ પાટો ચાલુ રાખવો. અંદરથી રૂઝ આવી જઇ, પગ જેવો પગ બની જશે. ગમે તેટલો સોજો આવ્યો હશે, અસહ્ય પીડા થતી હશે, અંદર ગમે તેટલો ઉંડો કાચ, કે ચુંક હશે તો પણ આ ઉપચાર રામબાણ અને સંપૂર્ણ અનુભવસિદ્ધ નીવડેલો છે. સેંકડોનાં દર્દ માત્ર અઠવાડીયામાં મટેલાં છે; અને આવા ઉપચારને મામુલી માની, ગર્વથી હોસ્પીટલે જનારને પોતાના પગ કપાવી લાકડાની ઘોડીથી ડબડબ ચાલતા પણ જોયા છે.

ત્યારે ઓ મારા ભ્રાતાઓ ! તમારા દેશી ઉપચારોને જૂઠા અને અવૈજ્ઞાનિક માનનારાઓને આ ઉપચાર જાતે કરી બતાવી, દર્દીના દુ:ખમાં આશીર્વાદ મેળવી, તેમનાં મોહનાં ચક્ષુઓ ઉઘાડી આપશો.

卐

પ્રકરણ ૩૪મું

પાણી લાગવું

પરદેશનું પાણી લાગવાનો વ્યાધિ શો છે તેનો આપણે વિચાર કરીએ. જ્યારથી હિંદવાસીઓ ઉપર પરદેશીઓનાં રાજ્ય આવવા લાગ્યાં ત્યારથી હિંદમાંની સંસ્કૃતિ વિનાશ પામતી ગઇ અને આર્ય સંસ્કૃતિ ઉપર વિદેશી માનસના ઢોળ ચડવા લાગ્યા. મનુષ્યોની માગણી, સાધનો અને આશાએશની જરૂરીયાતો વધતી ચાલી, તે સાથે પ્રવૃત્તિ વધી અને લોકોએ દોડધામ મચાવી મૂકી. આ બધી ધમાલથી સુખ અને શાંતિ વધ્યાં છે? આયુષ્ય અને આનંદ વધ્યાં છે? ધન અને દોલત વધ્યાં છે? નિજાનંદ અને બ્રહ્માનંદ વધ્યો છે? તે વિષે તો પૂર્વાપરનો સરવાળો મૂકી, કોઇ અગાધ બુદ્ધિશાળી જ તેનો નિર્ણય જણાવી શકે. પરંતુ નરી આંખે એટલું તો ચોક્કસ જણાય છે કે લોકોને આજે નિરાંતે હેઠા હૈયે જમવાની કે મોજથી છ આઠ કલાક ઉંઘવાની કે ચિત્તની સ્થિરતાથી શરીરની હાજતો પૂરી કરવાની ફુરસદ નથી. જમાનો અત્યંત વેગથી આગળ વધી રહ્યો છે, તે સાથે મનુષ્ય એ વહનમાં ઘસડાતો દૂર દૂર નિકળી ગયો છે. હવે તેને કિનારો મળે ત્યારે ખરો.

આગળના જમાનામાં એક કહેવત હતી કે 'ડાહ્યો દીકરો દેશાવર ભોગવે' પરંતુ આજ તો એ કહેવત જેવું રહ્યું નથી. આજે તો મહત્ત્વાકાંક્ષા રૂપી ગોફણમાં ડાહ્યા કે ગાંડા ગમે તેવા માણસને ઘાલી માનવપ્રવૃત્તિ એવી તો ફગાવવા લાગે છે કે તે ક્યાં જઇને પડે છે એ ન કહી શકાય. આજે લોકો રોજી માટે કે પછી ધનવાન થવા કોઇ પ્રાંત, જીલ્લો કે દેશ તો શું પણ સાત સમુદ્રો ઓળંગીને કાગડો હાડકું એ ન લાવે તેવી જગ્યાએ જવા લાગ્યા છે. શું કરે? બિચારાઓનાં અંતઃકરણના ઉંડા ઉંડા ખૂણે જલતી લાલસાઓ,

મોટા બની જવાની તમન્નાઓ તેમની પાસે દેશને, ધર્મને, સંસ્કૃતિને અને આરોગ્યને તિલાંજલી અપાવે છે.

હમણાં એક બિરાદરનો મને પત્ર મળ્યો છે. તેમાં એ ભાઇ કેટલાક પ્રશ્ન પૂછે છે. તેમાંનો એક પ્રશ્ન આ છે: 'વૈદ્યરાજ! લઘુ-શંકા કરવી તે નીચે બેસીને કે ઉભા ઉભા કરવી તે ઠીક છે?' તેની દલીલમાં એ ભાઇ જણાવે કે 'અનુકૂળતાની દૃષ્ટિએ અને સગવડતાની દૃષ્ટિએ તો ઉભા ઉભા લઘુશંકા કરવાની સગવડતા ગણાય. આપણા દેશમાં લોકો નીચે બેસીને લઘુશંકા કેમ કરતા હશે? યુરોપીયનો ઉભા ઉભા જ હાજત પૂરી કરે છે, એ જોતાં હિંદવાસીઓને હાજતોનો કેમ નિકાલ કરવો તે પણ આવડતું નથી!'

ઇમીટેશન થતાં જેમ મૂળ જવાહીરોનાં તેજ ઝાંખાં જણાવા લાગ્યાં છે તેમ વિદેશીઓના સહવાસે આજે આર્યોના આર્યત્વમાં પણ અનાર્યત્વના ઓછાયા જણાય તો નવાઇ નહિ. મને તો લાગે છે કે આર્યો દીર્ઘશંકા પછી પાણી વડે એ જગ્યા સાફ કરે છે, તેમાં કોઇ ચશ્માબંધ આંખોને મૂર્ખાઇ લાગે એ પહેલાં આર્યોએ વિદેશીઓની માફક પાણીની જગ્યાએ કાગળ કે લુગડાના ટુકડાથી સાફ કરવા લાગી જવું જોઇએ!

નીચે બેસીને હાજત જેટલી સહેલાઇથી–શાંતિથી પૂરી કરી શકાય તેટલી ઉભા ઉભા તો નહિ જ. કારણ કે નીચે બેસવાથી હાજત-દ્વારો વધારે ખૂલ્લાં બને છે. ઉભા રહેનાર કરતાં નીચે બેસનારનું મન વધારે સ્વસ્થ થઇ શકે છે અને નીચે બેસવાથી કીડનીને અમુક પ્રકારનું દબાણ પણ મળી શકે છે. એટલે મળનો જથ્થો એ સારી રીતે ઠલવી શકે છે. છતાં એટલું જરૂર કે અક્કડદાર, ઇસ્ત્રીટાઇટ પાટલુન કે બ્રીચીસ પહેરેલી હોય એમને જરા ઢીંચણથી વાળી ઉભા પગે બેસવું એ આફત નહિ તો અગવડતાભર્યું જરૂર છે. એ ભાઇઓ ફુરસદના અભાવે કે દેખાદેખીએ અંધ અનુકરણ કરે એને

છૂટ છે, પરંતુ નીચે બેસીને જ શંકાસમાધાન કરવું તે આરોગ્ય અને અનુકૂળતાવાળું ગણી શકાય.

મૂળ વિષય મારો પરદેશનું પાણી લાગવા ઉપરનો છે. પરદેશનાં પાણી એ જો કે સ્વદેશ છોડી પરદેશ જનારને તુરત અનુકૂળ બનતાં નથી. પણ એ દોષ કેવળ પાણીનો હોતો નથી, તેની સાથે આબોહવા, ખોરાક અને રહેણીકરણી પણ બહુ જ ધ્યાન ખેંચવાવાળી બાબતો છે. એક તો પરદેશ જનારને જેમ હવા પાણી નવાં હોય છે તેમ ત્યાંનાં રીત રીવાજો અને આકર્ષણો પણ નવાં હોય છે. દાખલા તરીકે કાઠિયાવાડમાં વસતો માણસ મુંબઇ જાય ત્યારે ત્યાંનો ખોરાક, ત્યાં મળતા પદાર્થો, ત્યાંના મોજશોખનાં સાધનો એ બધાં તેને માટે નવાં હોય છે. કોઇ પણ માણસને નવી વસ્તુ પોતાની પ્રત્યે આકર્ષે, એમ મુંબઇ જનાર કે રહેનાર સારી આવક ધરાવનાર તથા સુખી હોય છે તો તે સ્વતંત્ર રહી શકે છે. પરંતુ સાધારણ ધંધા માટે કે નોકરી અર્થે રહેનારને લોજ કે વીશીમાં જમવું પડે છે. એટલે તત્ત્વ વિનાનો સત્ત્વહીન ખોરાક ખાવામાં આવે છે. તે કાચાં પાકાં ફળો ખાય છે, બજારૂ નવી નવી ચીજો લેવા માંડે છે, મોડી રાત સુધી નાટક સીનેમા જોવામાં ઉજાગરા કરે છે. દિવસે મહેનત કરી નોકરી કે ધંધાના વ્યવસાયમાં પડે છે. એટલે ધીમે ધીમે ખાનપાનની અનિયમિતતા, શરીરમાં પોષણકારક તત્ત્વનો અભાવ અને ચિત્તને શાંતિ આપનારી ઉંઘ વેચીને ઉજાગરો કરવાની ટેવ, વળી ઉપર સ્ફુર્તિ લાવવા માટે ચહા કોફીના ઉપરાઉપરી લેવાતા ડોઝ—એ બધું મળીને તેને પ્રથમ કબજીયાતની શરૂઆત થાય છે. એટલે **सर्वेषाम् ही रोगाणां दोषायाः कुपितामलाः**

બધા રોગનું મૂળ કબજીયાત છે. તેની શરૂઆત થાય છે, તે વખતે જો માણસ ચેતનશીલ હોય છે તો કબજીયાતની શરૂઆત થતાં તુરત

સંયમ અને નિયમન કરી નાંખે છે તેા તે આગળ વધતેા અટકે છે. પણ આવી ચેતના હેાવા છતાં 'પરાધીન સ્વપ્ને સુખ નાહિ'ની કહેવત પ્રમાણે એના ઉપર કામની પ્રવૃત્તિ અને હેાટેલનેા આશ્રય તેા લખાયેલાં રહે છે. એટલે પછી કબજીયાતમાંથી અતિસાર જન્મે લે છે, અર્થાત્ તેમાંથી ઝાડા થઇ જાય છે. કબજીયાતના કારણે થયેલા ઝાડા થેાડી દવાઓ અને ઉપચારથી મટે છે, છતાં એ અતિસાર મંદાગ્નિ કરી નાંખે છે અને વળી બેદરકાર માણસ મિથ્યા આહાર કરે છે એટલે:

अतिसारे निवृत्तेपि मंदाग्ने रहितासिन ।
भूयः संदुषितो वन्हिर्ग्रहणिम् मि दूषयेत् ॥

અર્થાત્ અતિસાર મટી ગયા પછી પણ મિથ્યા આહાર કરનારનેા જઠરાગ્નિ બગાડીને સાથે ગ્રહણીને પણ બગાડે છે, એટલે ગ્રહણી બગડવાથી ખાધેલેા ખેારાક પાચન થતેા નથી. આયુર્વેદ એટલે દેશી વૈદકશાસ્ત્રે જઠરાગ્નિને ગ્રહણી કહેલી છે અને તેને રહેવાનું જે સ્થાન તેમાં કલ્પેલું છે તેને પણ ગ્રહણી કહે છે. આ ગ્રહણીનું મુખ્ય કામ ખેારાકને પાચન કરી, માત્ર પકવ ખેારાકના મળને બહાર જવા દેવાનું છે. **'अपक्वं धारयत्यंन्नं पक्वमसृजतिव्यापद्यः' (चरक संहिता)** અર્થાત્ દુષિત થયેલી ગ્રહણી પકવ કે અપકવ જે કાંઇ પદાર્થ આવ્યેા તેને ગ્રહણ-ધારણ નહિ કરતાં ત્યાગ કરી દે છે. એટલે દરદીએ જેવેા કેાઇ પણ પદાર્થ નાંખ્યેા કે તેનેા ઝાડેા થઇ જાય છે. ઝાડેા દુર્ગંધ મારતેા હેાય છે, અવાજ સાથે અને ક્યારેક આમ સાથે પણ ઝાડેા થાય છે. દેશી વૈદકે આમાં પણ તાવ, પિત્ત કફ વગેરે દેાષેાનેા ભેદ કરી સંગ્રહણીના ભેદ બતાવ્યા છે. તે જ પ્રમાણે અંગ્રેજી વૈદકે શરીર અને ઇંદ્રિયવિજ્ઞાનને સામે રાખી આંતરડાંનાં જુદાં જુદાં સ્થાન પરત્વે જણાતા વ્યાધિઓની કલ્પના કરી છે. પરંતુ એ સઘળા વ્યાધિઓ સીધી અથવા આડકતરી રીતે સંગ્રહણી રેાગના કારણ રૂપ

થાય છે. 'કોલાઇટીઝ' અને 'પ્રોક્ટાઇઝ' એ ભલે તેઓને જુદા લાગતા હોય, પણ એ બધા ભેદો સંગ્રહણીના ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારો જ છે.

હવે સંગ્રહણી અર્થાત્ પરદેશનું પાણી લાગ્યું એટલે શું કરવું ? પ્રથમ તો દરદીએ તુરત ચેતીને આંતરડાં કે હોજરીને બોજારૂપ બધો ખોરાક ત્યાગ કરી દેવો. વળી તે સ્થાનને પણ ત્યાગ કરવું કે જ્યાં રહેવાથી શરીરની પાયમાલી આવી પડી હોય, અને તુરત ગામડામાં ચાલ્યાં જવું. ત્યાં દૂધ, દહીં, છાશ શુદ્ધ અને ભેળસેળ વિનાનાં મળી શકતાં હોય, ત્યાં ગટરો અને પાયખાનાની બદબો વાતાવરણને ન બગાડતી હોય, ત્યાં ઇલેક્ટ્રીકના દીવાનો અને માંકડાના જેવું માનસ ધરાવતા વહેમના વળગાડથી અને પ્રકૃતિને નહિ પીછાનવાથી મોટી ઇસ્પીતાલો અને ઇંજેક્શનોના અખતરા પ્રત્યે મનુષ્યને દોરી જઇ જલ્લાદના હાથમાં સોંપવાની હોંશ ધરાવતા માનવીનો વસવાટ ન હોય.

ત્યાં નૈસર્ગિક પ્રકૃતિ સામ્રાજ્ય બિછાવી રહી હોય, પ્રેમાળ અને ભોળા હૃદયના કૃષિકારો, હીલોળ વહેતી ગ્રામ્યલક્ષ્મીઓ અને નિર્દોષ બાલુડાં બથમાં ઘાલી મહેનતમજૂરી કરતી બ્હેનોની સંખ્યા ગ્રામ્ય-રાજ્યને ઉજ્જવળ બનાવી રહી હોય, એવા સ્થળે ચાલ્યા જવું. એટલે તમારા દર્દનો અર્ધો ભાર તો આપોઆપ મટી જવા પામશે. પ્રકૃ-તિને પિછાનનાર કોઇ સદ્વૈદ્યની સલાહ લઇને અન્ન પાણી બંધ કરી, દૂધ અથવા છાશનો પ્રયોગ શરૂ કરી દેવો જોઇએ. દૂધ અને છાશ ઉપર રહી પ્રયોગ કરનાર સંગ્રહણીથી સારા થનાર તમને સેંકડો નહિ પણ લાખ્ખો મળી આવશે.

આંતરડાં અને પાચક અવયવોમાં થયેલી અવ્યવસ્થા કે બિગાડને દૂધ અથવા છાશ કેટલી ત્વરાથી સારાં કરે છે તેનું વર્ણન કરવાની આ જગ્યા નથી. પણ કહેવું જોઇએ કે મરણપથારીએ પડેલાં, પીધેલું પાણી કે ઓસામણ પણ જેના પેટમાં નથી રહી શકતું, જેનું વજન પણ ૭૫ રતલની અંદર ગયેલું છે, એવી અનેક ફરિયાદોથી યુક્ત

સંગ્રહણીવાળો દરદી આ પ્રયોગથી કેટલો ત્વરિત સારો થઇ જાય છે, એ જોઇને આજે અન્ય થીયેરીવાળા આશ્ચર્યમુગ્ધ બની ગયા છે. તેઓ પણ વૈદ્યોનું અનુકરણ કરી, દરદીને છાશ–દૂધ ઉપર રાખતા થયા છે.

માત્ર દુઃખ એ છે કે આ વ્યાધિ પૂર્ણરૂપ પકડયા પછી દરદી એટલો બધો નિર્બળ મનનો અને લાલચુ બની જાય છે કે મરવાનું પસંદ કરીને પણ જે તે ખોરાક ખાઇ લે છે અને વ્યાધિને ઉગ્ર બનાવતો જાય છે. મને આ વ્યાધિવાળા એક દરદીનો બહુ કડવો અનુભવ થયો હતો. મારે ત્યાં એક સંગ્રહણીના દરદથી લગભગ આખર સ્થિતિએ પહોંચેલા દરદીને રાખવામાં આવેલો અને તેને છાશનો પ્રયોગ શરૂ કર્યો. મારી સંપૂર્ણ દેખરેખ નીચે હોવા છતાં દરદીને ઝાડા ન મટે એ મને બહુ વિચારમાં મૂકી દેનારૂં બન્યું. મેં તપાસ કરી તો ઘરમાંથી માત્ર તેને છાશ સિવાય કોઇ પદાર્થ આપવામાં નહોતો આવતો. ઔષધ પણ બરાબર અનુકૂળ અને પ્રમાણસર મારા હાથથી અપાતું. છતાં ઝાડા વધતા જતા જોઇ મને વિચાર થયો અને એક વખત એના ઝાડાનું ટબ પ્રકાશમાં બહાર લાવી જોયું તો તેના મળમાં અનાજનું–કાચા અનાજનું મોટું પ્રમાણ હતું. કેટલાય દિવસથી અનાજ બંધ કરાવેલું છતાં ઝાડામાં અનાજ શેનું ? પછી મેં દરદીની પથારીની આજુબાજુનાં ટાંકાંહાટીયાં તપાસ્યાં. ઘરમાંના નોકરો અને બાળકોની બરાબર તપાસ લીધી કે કોઇ બહારથી ભાઇને સેવમમરા કે ભુંસું અથવા મિઠાઇ તો લાવી નથી આપતું ? પણ કશો પત્તો ન લાગ્યો.

છેવટ મને મારી અણઆવડત કે ચિકિત્સાની ખામી લાગી અને હું હતાશ થયો. પણ જેનું આયુષ્ય બળવાન તેને મારનાર કોણ છે ! દરદી દિવસે પથારીમાંથી પણ ઉઠી ન શકે તે રાત્રિના બાર વાગ્યા પછી ઘરનાં ભરનિદ્રામાં પડયાં હોય ત્યારે ધીમે રહી નીચે આવી, તાળું ખોલી રસોડામાં જાય અને બાળકોના ઉપયોગ માટે તૈયાર કરી

રાખેલી સુખડી (ઘી, ગોળ અને ઘઉંના લોટનો પાક) ડબામાંથી લઈ દરરોજ ખાય. એથી સવારમાં ઝાડા છૂટી જાય. આ ચોરી છેવટે પકડાઈ ગઈ અને પ્રભુઇચ્છાએ વધારે પ્રતિબંધ મૂકી, છાશના પ્રયોગથી દરદીને સારો બનાવ્યો.

આવા અનેક દરદીઓ મેં જોયા છે. એક બિરાદરને કંદોઈને ત્યાંથી મીઠાઈ લાવી જાજરૂમાં ખાતા પણ પકડેલા. ભાવાર્થ એ છે કે છાશ દૂધ ઉપર રાખી, દરદીની દયા નહિ ખાનાર અને તેની કાકલુદી ઉપર પ્રેમ નહિ વરસાવનાર જરૂર આ પ્રયોગથી દરદીને સારા બનાવી શકે છે. કારણ કે છાશ એ પૃથ્વીપરનું અમૃત છે. તે આંતરડાં અને સંગ્રહણીમાં સડતાં અવયવોને સજીવન બનાવે છે, રૂઝવે છે અને શરીરમાંનાં ખૂટતાં તત્ત્વોને પૂરાં કરી આપે છે. શરીરની નવી મરામત છાશ કરે છે. છાશ કે દૂધના ગુણોના ઘણા વિદ્વાનોએ સ્વતંત્ર પુસ્તક લખ્યાં છે અને તેમાં રહેલાં ચમત્કારિક તત્ત્વોની મુક્તકંઠે પ્રશંસા કરી છે. ચોકખાં છાશ કે દૂધ, તેમાં રહેલાં અપાર તત્ત્વો, અને એના ગુણનું વર્ણન તો પુસ્તકોનાં પાનાં અને પાનાં ભરાય એટલું છે. છતાં યુક્તિયુક્ત અને પદ્ધતિસર જો છાશ–દૂધ નથી લેવામાં આવતાં તો યથેચ્છ લાભ નથી મળતો એ ચોક્કસ અનુભવ્યું છે. અનુભવસિદ્ધ હાથે આવા પ્રયોગો જેટલા સફળ નીવડે છે તેટલા જ, તે, જેમ તેમ ઉપચાર કરનારને હાથે નથી નીવડતા એ પણ એટલું સત્ય છે.

ઔષધો તો આ વ્યાધિમાં અનેક છે. માત્રાઓ અને ભસ્મો જેમ આ વ્યાધિમાં વપરાય છે તેમ ભાંગ, ગાંજો, અફીણ જેમાં પડે છે તેવા રસોનો ઉપયોગ પણ શાસ્ત્રોમાં બતાવ્યો છે. પરંતુ મારો અનુભવ એવો છે કે કોઈ પણ નશાકારક વસ્તુ અર્થાત્ ભાંગ, અફીણ, ગાંજો કે ધતુરો પડતો હોય તેવા રસો વાપરવાથી આ વ્યાધિમાં ઘણું ખરાબ પરિણામ આવે છે. એથી બને છે એમ કે નશાકારક વસ્તુ-

ઓને લઇને નશાની અસર રહે છે ત્યાંસુધી ઝાડા અટકે છે ખરા, પણ તેથી આમરસનો આમાશયમાં સંચય થવાથી રક્તવાહિની નસો અને શિરાઓ ઉપર દબાણ થાય છે. એથી હાથ, પગ અને મોઢા ઉપર ઘણી વાર થેથર આવે છે, તેમજ અપાન વાયુની રૂકાવટ થવાથી પેટમાં આફરો ઉત્પન્ન થાય છે. સાથે ગુદાદ્વારે ગરમાઇ લાગવાથી તે ભાગ આળો થઇ પાકી આવે છે. એથી દરદી ઉલમાંથી નિકળી ચુલમાં જઇ પડે છે અને વધારે દુ:ખી થાય છે. માટે એવી નશાવાળી દવાઓનો ઉપયોગ ન કરવો તે વધારે સારૂં છે. તે કરતાં કાષ્ટિક ઔષધોનાં ચૂર્ણ અને પર્પટીઓ આ વ્યાધિમાં છૂટથી વાપરવાથી દરદી સારી રીતે છાશ ઉપર ચઢી જઇ અરધો અરધો મણ દૂધની છાશ લઇ શકે છે અને એકાદ બે મહિનામાં હૃષ્ટપુષ્ટ બની જઇ, નવી જીંદગી પ્રાપ્ત કરે છે. મારા અનુભવની થોડી દવાઓ અને તેને વાપરવાની રીત બતાવી આ વિષય પૂરો કરીશ.

卐

પ્રકરણ ૩૫મું
સંગ્રહણી

સંગ્રહણી જેમ પરદેશમાં હવા પાણીની પ્રતિકૂળતાથી થાય છે, તેમ પોતાના વતનમાં અથવા ઘેર રહેનારને પણ થઇ આવે છે. પાચનશક્તિની મંદતા અને વારંવાર થઇ આવતા અતિસાર અને મરડાથી પણ સંગ્રહણી થવા સંભવ છે. તેવી જ રીતે અતિસાર વગર જીર્ણ અગ્નિમાંદ્યતા અને ન્યુરેસ્થેનીઆની જીર્ણ અવસ્થામાં કેટલીક વખત સંગ્રહણી થઇ આવે છે. કેટલીક વખત

સંગ્રહણીમાં લીવર અને બરોલ પણ વિકૃત થઇ આવી અન્ય ઉપદ્રવો સાથે હોય છે. ઉપરાંત કેટલીક વખત હોજરી અત્યંત દુષિત થઇ તેમા ક્ષત–ચાંદું પડે છે અને દરદી બહુ મુશ્કેલીમાં ઉતરી જાય છે, પરંતુ આવાં ચિહ્નો સંગ્રહણી શરૂ થઇ ગયા છતાં દરદી બેદરકાર બની, યથેચ્છ આહાર વિહાર કરે છે ત્યારે જ થાય છે. હવે ઔષધો સંગ્રહણીના કેસ માટે પ્રથમ આપીને ત્યારપછી તેનો ઉપયોગ જણાવીશ. એથી વધારે અનુકૂળતા રહેશે.

૧ સર્જરસ :

બજારમાં મળતી રાળને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી રાખવું.

૨ રૂપરસ :

ધાપાણ અથવા ગોદંતી નામના પત્થર ગાંધીને ત્યાં મળે છે તેને લાવી, કોયલા વચ્ચે મૂકી સળગાવવા. તેની ભસ્મ એક વખતમાં તૈયાર થશે. તેને વાટી શીશી ભરવી.

૩ દાડિમાષ્ટક :

સુંઠ તોલા ૪, ફુલાવેલી હીંગ તોલા ૪, જાયફળ તોલા ૪, અને સંચળખાર તોલા ૪.

એ સર્વને ખાંડી ચૂર્ણ કરવું. પછી ખાટી જાતના દાડમ લાવી તેને દીંટા આગળ ડગળી દઇ બીયાને દબાવી ખાડો પાડવો અને ખાડામાં સમાય એટલું ઉપર લખેલું ચૂર્ણ ભરવું. પુનઃ ડગળી બેસારી તેની ઉપર કપડું લપેટી તે કપડા પર મટોડી ચોપડવી. વળી ફરતું કપડું લપેટી ઉપર મટોડી ચઢાવી સળગતા છાણામાં બાફવા મૂકવું. અંદરનું દાડમ બફાય એટલે કાઢી લઇ ઉપરથી કપડું મટોડી અલગ કરી; તેને ગરમ ગરમ વાટવું, ગોળી વળાય એવું બારીક વાટી વટાણા જેવડી ગોળી વાળવી, તેને સુકવીને બાટલીમાં ભરી રાખવી.

૪ લઘુસ્રાહ્ની ચૂર્ણ

શુદ્ધ પારદ, શુદ્ધ ગંધક, સુંઠ, મરી, પીંપર, અજમો, જીરૂ, શાહજીરૂ, સીંધવ, સંચળ, બીડલુણ, શેકેલી હીંગ એ સર્વ દવાઓ સરખે વજને અને એ બધાંનું જેટલું ચૂર્ણ હોય તેટલી શેકેલી ભાંગ લઇ પ્રથમ પારદ અને ગંધક ખરલમાં નાંખી એક દિવસ ઘુંટવું. બાદ સઘળી દવાઓ સાથે મેળવી ઘુંટયા બાદ શીશીમાં ભરી મૂકવું.

૫ અગ્નિકુમાર રસ

શુદ્ધ હીંગળોક તો. ૪, સુંઠ તો. ૨॥, પીંપર તો. ૨॥, મરી તો. ૨॥, વછનાગ તો. ૨।, શંખની ભસ્મ તો. ૪, કોડીની ભસ્મ તો. ૨॥.

એ બધી વસ્તુને સાથે મેળવી ત્રણ દિવસ આદુના રસમાં અને ત્રણ દિવસ લીંબુના રસમાં ઘુંટી પાવડર બનાવી શીશી ભરવી.

૬ ગંગા ગુટિકા

બીલીનો ગર્ભ તો. ૧, રાઇ તો. ૧, કાથો તો. ૧, દાડમનાં છોડાં તો. ૧, કાળું જીરૂ તો. ૧, આંબાની ગોટલી તો. ૧, જાંબુના ઠળીયા તો. ૧, મોચરસ તો. ૧, જાયફળ તો. ૧, જાવંત્રી તો. ૧, લવીંગ તો. ૧, અતિવિષ તો. ૧, ભાંગ તો. ૨, બરાસ તો. ૧, રસસિંદુર તો. ૧, પંચામૃત પર્પટી તો. ૧, અફીણ તો. ૧.

પ્રથમ રસસિંદુરને ઘુંટી ત્યારબાદ પર્પટી મેળવી, અફીણનો કસુંબો બનાવી, મેળવી, તેમાં પાણી જોઇએ તેટલું લઇ, બીજાં વસાણાં નાંખી, ચણા જેવડી ગોળી વાળી રાખવી.

૭ પંચામૃત પર્પટી :

શુદ્ધ પારદ તો. ૪, શુદ્ધ ગંધક તો. ૮, લોહભસ્મ તો. ૨, અભ્રકભસ્મ તો. ૧, તામ્રભસ્મ તો. ૧. પ્રથમ પારદ અને ગંધકને એક દિવસ ખરલમાં ઘુંટી બાદ ભસ્મો વગેરે મેળવી, બધાને લોઢાની

કડાઇમાં નાંખી, જરાક ઘી અંદર નાંખી અગ્નિ ઉપર પીગાળાવવું. બાદ જમીન ઉપર ગાયનું છાણ પાથરી, ઉપર કેળનું પાંદડું મૂકી કડાઇમાં પીગળેલી દવા કેળના પાતરા ઉપર ઢાળી દઇ ઉપર કેળનું બીજું પાંદડું મૂકી તેની ઉપર છાણુ દાબી દેવું. ઘડી રહી ખોલવાથી અંદર પાતળી પર્પટી દવાની થઇ ગઇ હશે. તેને કાઢી ખરલમાં વાટી શીશી ભરવી.

૮ સુવર્ણ પર્પટી

સોનાની ભસ્મ અથવા સોનાનો વરખ તો. ૧, શુદ્ધ પારદ તો. ૮, તથા શુદ્ધ ગંધક તો. ૮, પ્રથમ પારદ ગંધકની કજલી કરી અંદર સોનું મેળવી, પંચામૃત પર્પટી ઢાળવાની રીત પ્રમાણે કેળના પાતરા ઉપર ઢાળી તૈયાર કરવી. વાટીને શીશીમાં ભરી રાખવી.

આ સિવાય, હિંગાષ્ટક ચૂર્ણ અને લવણ ભાસ્કર ચૂર્ણ–દેશી વૈદક શાસ્ત્રમાં આ બે પ્રસિદ્ધ ચૂર્ણ છે. તેની બનાવટ અત્રે નથી આપવામાં આવતી, પણ તેનો ઉપયોગ લખ્યો છે. તેમ જ કડાછાલના ઘનની ગોળી પણ લખીશું. એને બનાવવાની રીત કડાછાલ લીલી લાવી, છુંદી આઠગણા પાણીમાં ઉકાળો કરવો, અરધું પાણી બળી જતાં ગાળી લઇ, ગાળેલા પાણીને ઉકાળતાં શીરા જેવું થાય એટલે નીચે ઉતારી ચણાના દાણા જેવી ગોળી વાળવી.

૯ હીમેજનું ચૂર્ણ:

હીમેજ તો. ૪, સાકર તો. ૧, વરીયાળી તો. ૧ અને સુંઠ તો. ૦॥. હીમેજને પ્રથમ એરંડીયા તેલમાં તળી લઇ બાકીની ચીજો સાથે ખાંડીને તેનું ચૂર્ણ કરવું.

૧૦ બારપ્રહરી પીંપર:

લીંડી પીંપરને ખરલમાં નાંખી બાર પ્રહર સુધી ઘુંટયા કરવું.

૧૧ ગુલાબી ચૂર્ણ:

આંબાની ગોટલી તો. ૫, જાંબુના ઠળીઆ તો. ૫, મોચરસ

તેા. ૨॥, સુગંધીવાળેા તેા. ૨॥, બીલીનેા ગર્ભ તેા. ૧॥, અને હીંગ-બેાક તેા. ૧. હીંગબેાકને પ્રથમ ખરલમાં ઘુંટી બાકીની ચીજો મેળવી રાખી મૂકવું.

છાશ:

ઝાડા, મરડા કે સંગ્રહણીવાળાને જે છાશ આપવાની છે તેની પ્રથમ થેાડી સમજુતી લખવી જોઇએ. દૂધ ચેાકખું ગાયનું કે ભેંસનું મેળવવું જોઇએ. તેને એકાદ ઉભરેા આવે તેટલું ગરમ કરી ઠર્યા બાદ માટીના વાસણમાં મેળવવું. ઓછામાં ઓછું ૧૨ કલાકે ને વધારેમાં વધારે ચેાવીસ કલાકે દહીં તૈયાર થઇ શકે છે. આમાં ઠંડી ઋતુ હેાય તેા દહીં તૈયાર થતાં વધારે સમય લાગે છે. ગરમાઇમાં દહીં ઓછા કલાકે તૈયાર થાય છે. છતાં બહુ ખાટું થઇ ગયું ન હેાય તેવું દહીં લેવાની ઇચ્છા વખતે અલગ વાસણમાં દહીં લઇ હાથસંચાથી અથવા દાતણથી ચાર ચીરી બનાવી તેને થેાડી ઉભી ચીરી પાંખડાં પહેાળાં કરવાં, જેથી સંચા જેવું બને છે. તે વડે દહીંને વલેાવી નાખવું અને જરૂરીઆત પ્રમાણે તેમાં પાણી ઉમેરવું. આવી છાશ ઝાડા, સંગ્રહણીવાળાને આપી શકાય.

મીઠું, જીરૂં, મરી, અને શેકેલી હિંગ, સંચળ તથા ચિત્રકમૂળની છાલનું ચૂર્ણ, એ દરેક વસ્તુ ખાંડી જુદી જુદી રાખવી અને છાશ પીતી વખતે તેનેા ઉપયેાગ કરવેા. અર્થાત્ તે છાશમાં નાંખીને પીવી. એકી સાથે છાશ વધુ નહિ લેતાં કટકે કટકે ઘણા વખત લેવી, તેમ જ પીતી વખતે ગટગટાવી નહિ જતાં ધીમે ધીમે ચાવીને પીવું.

દૂધ:

પ્રયેાગમાં બનતાં સુધી ગાયનું દૂધ વધારે સારૂં છે. ભેંસનું દૂધ કેાઇકને માફક આવતું નથી. એટલે દૂધ ગાયનું પસંદ કરવું. પ્રયેાગ કરનારે ગાય પેાતાને ત્યાં રાખવી વધારે સારી છે. દૂધ ગરમ કરીને રાખી મૂકવું અથવા સગડી ઉપર ગરમ રહેવા દેવું, જે કાયમ ગરમ રહી શકે અને જ્યારે જોઇએ ત્યારે દૂધ લઇ શકાય. છાશ કરતાં

દૂધની વધુ સાવચેતી રાખવી પડે છે. છતાં મારા માનવા પ્રમાણે સેંકડે ૯૫ ટકા છાશનો પ્રયોગ જેટલો દરદીને માફક આવે છે તેટલો દૂધનો પ્રયોગ માફક નથી આવતો.

ઉપયોગ, ચિકિત્સા અને સમજ :

કયારેક અજીર્ણ થઇ ઝાડા થઇ આવ્યા હોય ત્યારે, પાતળા પાણી જેવા ઝાડા થતા હોય, પેટમાં ગુડગુડાટ થતો હોય અને પાતળા ઝાડા છૂટી જતા હોય તેને અતિસાર કહેવાય છે. તેવે વખતે અગ્નિ-કુમાર રતી ૩, સર્જરસ રતી ૨, ગુલાબી ચૂર્ણ રતી ૨ મેળવી ૧ પડીકું કરવું. એવાં રોજ ત્રણ પડીકાં મધમાં ચટાડવાં, ઉપરથી દાડીમાષ્ટકની ગોળી બબ્બે પાણી સાથે ગળાવવી, અને છાશ ભાત સિવાય બીજો ખોરાક ન આપવો. જરૂર જણાય તો ખોરાક લીધા ઉપર હિંગાષ્ટક ફાકવું. ત્રણ દિવસમાં તબીયત સુધરી જશે. છતાં ૭ દિવસ સુધી તુવેરની દાળ અને ઘઉંની રોટલી આપવી નહિ.

ઝાડા મટવા છતાં ઝાડાની સાથે આમ પડતો હોય, થોડી ચૂંક આવતી હોય અને કટકે કટકે ઝાડો થતો હોય ત્યારે રૂપરસ, સર્જ-રસ, ગુલાબી ચૂર્ણ ત્રણે એકેક વાલ મેળવી એક પડીકું કરવું. એવાં દિવસમાં ત્રણ પડીકાં મધ અથવા છાશ સાથે આપવાં. ઉપર બબ્બે ગોળી કડછાલના ઘનની ગળાવવી. છાશ ભાતનું ભોજન આપવું. અઠ-વાડીયામાં આરામ થશે. દરરોજ રાત્રે પાવલીભાર હરડે ખાંડેલી પાણી સાથે ફકાવવી, ઘઉંની રોટલી પંદર દિવસ સુધી ન આપવી.

મરડો કેવળ હોય, ઝાડા ન આવતો હોય, આંકડી પુષ્કળ આવતી હોય, પેટમાં આફરી રહેતી હોય ત્યારે :

હીમેજનું ચૂર્ણ ત્રણ વાલ દરરોજ દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું. વધીને પાવલીભાર પણ અપાય. ત્રણ દિવસ સુધી એકલું ચૂર્ણ આપવું. એથી મળના ગાંઠા આંતરડાંમાંથી નિકળી જશે અને મરડો આપોઆપ મટશે. છતાં ચુંક આવતી હોય તો બબ્બે ગોળી ગંગા ગુટિકાની દિવ-

સમાં ત્રણ વખત ગળાવવી અને ત્રણ વખત લઘુલાહી ચૂર્ણનાં પડીકાં ત્રણ ત્રણ રતીનાં મધમાં ચટાડવાથી અજબ રીતે સખત મરડો બંધ થઇ જશે. પરંતુ મરડામાં લોહીનું પ્રમાણ વધારે હોય તો લઘુલાહી સાથે સર્જરસ અને રૂપરસ એકેક વાલ મૂકવાં.

સંગ્રહણી થઇ છે એમ જણાય, દિવસે દિવસે દરદી અશક્ત થતો જતો હોય, કોઇ પણ ખોરાક લેવાની સાથે ઝાડો થઇ જતો હોય તો તેને અન્ન પાણી બંધ કરાવી છાશ ઉપર રાખવો. પેટમાં મળની ગાંઠો કે કચરો જણાય તો એક વખત પાવલીભાર હિમેજનું ચૂર્ણ કોઠો સાફ કરવા આપવું. એકાદ બે ઝાડા થઇ જાય તો ડરવું નહિ.

પછી પંચામૃત પર્પટી રતી ૨, પીપર રતી ૨, અગ્નિકુમાર રતી ૨, એ ત્રણેનું ૧ પડીકું બનાવવું. એવાં દિવસમાં ત્રણ વખત એ પડીકાં મધમાં ચટાડવાં. ઉપર છાશ પાવી. છાશમાં ચિત્રકમૂળનું ચૂર્ણ તથા મરી, સુંઠ, જીરૂ, દર વખતે નાંખવાં. રોગીની પ્રકૃતિ ઠંડી હોય તો સીંધવ છાશમાં વાપરવો, ગરમ હોય તો સંચળ વાપરવો. સીંધવના બદલે મીઠું પણ વપરાય. છતાં સીંધવ વધારે ઠીક છે. જો ઝાડો બહુ થતો હોય અને આરો વારો ન રહેતો હોય તો ઉપરનું પડીકું ચાટ્યા પછી દરેક ટંકે દરદીને બબે ગોળી ગંગા ગુટિકાની પણ આપવી. પર્પટીનું પ્રમાણ દરરોજ એકેક રતી વધારતા જવું. તે બાર રતી સુધી વધારેમાં વધારે આપવી. અને એ પ્રમાણ કાયમ ચાલુ રાખી બે મહિના પ્રયોગ કરાવવો. છાશ શરૂઆતમાં બશેર દૂધની આપવી. જેમ જેમ રૂચી ઉત્પન્ન થતી જાય તેમ તેમ છાશનું પ્રમાણ વધારતા જઇ દશ શેર દૂધની છાશ લઇ શકાશે, એટલે દરદી ખૂબ હોંશીયારીમાં આવી, શક્તિ, ઉત્સાહ, બળ અને લોહી વધવા લાગશે.

દરદીમાં વધારે અશક્તિ આવી ગઇ હોય, હાથ ઝાલ્યા વગર ઉઠી નહિ શકતું હોય તો સુવર્ણ પર્પટી રતી ૨, પીપર રતી ૨, પૂર્ણ ચંદ્રોદય (પૂર્ણ ચંદ્રોદયની બનાવટ બહુ અઘરી અને સાધારણ માણસ

નહિ બનાવી શકે એવી હોવાથી અહીં લખી નથી. જેને એની બનાવટ જાણવી હોય તેણે 'ચંદ્રોદય એટલે શું?' એ નામનું અમારૂં લખેલું પુસ્તક મગાવી વાંચવું.) રતી ૨ સાથે મેળવી ૧ પડીકું કરવું. એવાં દિવસમાં ત્રણ પડીકાં મધ સાથે આપવાં, ઉપર ગંગાગુટિકા ત્રણ વાર છાશ સાથે ટકે બબે ગોળી ગળાવવી. એથી શરીરમાં જલ્દી સ્ફુર્તિ આવી જઈ છાશ પચવા લાગશે.

છાશ દરેક વખત લીધા પછી પાવલીભાર જેટલું હિંગાષ્ટક અથવા લવણભાસ્કર આપવું જોઇએ.

ઉપર લખેલાં ઔષધોથી અમારા દવાખાનામાં સેંકડો દરદીઓ સારા થયા છે. માત્ર થોડી સાવધાની અને ચીવેટ રાખી, બુદ્ધિપૂર્વક ઉપર લખેલી દવાની યોજના કરવામાં આવે તો દવા બદલાવવાની જરૂર રહેતી નથી. એકંદર હૃદયની મોળપ અને અશક્તિમાં સુવર્ણ પર્પટી; આમ, જળસ કે વાયુની વૃદ્ધિ હોય તેમાં ગંગાગુટિકા, કડાછાલની ગોળી કે દાડિમાષ્ટક; સાધારણ સંગ્રહણી કે ઝાડામાં અગ્નિકુમાર, રૂપરસ, સર્જરસ કે લઘુલાહી ચૂર્ણ કામ કરી બતાવી ફતેહ અપાવે છે. કોઇ પણ બુદ્ધિશાળી માણસ ખાસ વૈદ્ય ન હોય પણ અનુભવી હોય તો પણ ઉપરનાં ઔષધોથી દરદીને આરામ આપી શકે છે. માત્ર ઔષધો કાળજીપૂર્વક બનાવવાં જોઇએ. કોઇ પણ જાણી અજાણી વિદેશી બાટલીઓ વાપરી, અંધારે કુટાવા કરતાં ઉપર બતાવેલાં ઔષધો નિર્ભય છે. કોઇ વખતે નિદાનની ખામી રહી જાય અને એકને બદલે બીજું ઔષધ અપાય છતાં દરદીને નુકસાન નથી થતું, એ દેશી ઔષધોની ખૂબી છે અને આ પાઠમાં અપાતાં દ્રવ્યોની મિલાવટનો ચમત્કાર છે. પરમકૃપાળુ પરમાત્મા દરેકને સુખી કરે.

卐

પ્રકરણ ૩૬મું

પ્રમેહ

સૃષ્ટિના ઉત્પત્તિકાળથી પ્રકૃતિ અને પુરૂષ સરજાયાં. પ્રકૃતિના આશ્રય સિવાય પુરૂષ સૃષ્ટિસર્જનમાં અશક્ત નીવડયો. એ મર્યાદાને સાચવી, અનાદિ કાળથી નર–માદા સાથે રહીને, સંસાર-સાગરના તરંગોમાં ઉંચે નીચે જતાં હીલોળે ચઢતાં, હાથમાં હાથ મેળવી, દીલમાં દીલ પરોવી, યાત્રાને પૂરી કરવામાં તલ્લીન બનતાં, નર અને નારી ઇશ્વરી સૃષ્ટિના ગુરૂત્ત્વાકર્ષણને આધીન છે. અર્થાત્ પુરૂષ વિના સ્ત્રી અને સ્ત્રી વિના પુરૂષ રહી શકતો નથી. તેમનામાં પરસ્પર રહેલો સ્નેહ—જે સ્નેહ શુદ્ધ વાસના, વિલાસ અને વિકાર-રહીત, આત્મા ને દેહ–સાગર અને સરિતા જેવા હોય, જે સ્નેહ અથવા પ્રેમના કારણે ફરહાદે શીરીનમાં અને મજનુને લયલામાં જે જોયું એ સ્નેહ–પ્રેમ જયારે વાસનાની ભાવનાથી દુષિત થાય છે ત્યારે મનુષ્ય દેવ મટી પાશવ બને છે, સંસાર સ્વર્ગ મટી નરક બને છે અને સ્ત્રી પુરૂષનું જોડાણ સુખરૂપ મટી દુઃખરૂપ બને છે.

અહાહા! હિન્દુસ્તાન! તારી સંસ્કૃતિ, પતિવ્રત અને એકપત્ની-વ્રત પાળતાં તારાં બાળકો, નળ અને રામ જેવા નરપુંગવો જ્યારે યાદ આવે છે ત્યારે વિષયમાં લોલુપ બનતી જતી, વાણીવિલાસે બેપ-રવા અને બેફામ બનેલી, દલીલો અને વાકપટુતાથી લાલસાના ઘોડાને મેદાને મૂકતી આજની પ્રજા કેટલી હીન અને વિષયાનંદી જણાય છે! નર તે નારીનો દેવ અને નારી તે નરની દેવી. એ કૃષ્ણ અને રાધાની પેઠે જગતમાં કેન્દ્રગામી અને કેન્દ્રોપગામી એવી બે મહાશક્તિઓ છે. નર અને નારીનાં મહા ગુરૂત્ત્વાકર્ષણ કેન્દ્રગામી છે. એટલે સ્ત્રી પુરૂષનું ઐક્ય એ જીવન જ્યોત—સકલ સંસારનો અમૃત દીવડો, આયુષ્ય યાત્રાની પ્રેરણા અને બ્રહ્મધામની પાંખ. એક સમર્થ કવિ કહે છે કે

પોતાના હૃદયમંદિરમાંનું પ્રેમનું સિંહાસન શણગારવું જોઇએ. તે ઉપર પવિત્ર વિચારો અને મહાત્ત્વાકાંક્ષાની મૃદુ પુષ્પશૈયા રચવી જોઇએ. શૈયાની આસપાસ ભાવી સુખની રંગબેરંગી માળાઓ લટકાવવી જોઇએ અને આશાઓ તથા ઉમેદોનો ધૂપ સળગાવી રાખવો જોઇએ.

વાચકો કહેશે કે વૈદકીય વિચારોમાં આ શું ? પરંતુ અહીંથી હું એક એવા ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ કરૂં છું કે જે આજે દૃષ્ટિ સામે જન-સમાજને શાપરૂપ ભયંકર અજગરના જેવા વિકરાળ મુખથી સ્વાહા કરી રહેલ છે. એવા સ્ત્રી પુરૂષનાં ગુપ્ત અવયવોના વ્યાધિ અને તેની સાથે સંબંધ ધરાવતા અનંત વ્યાધિઓની ચર્ચામાં હું ઉતરૂં છું. મારે મર્યાદિત રહી વાચકોને સ્પષ્ટ અને સુમાર્ગે વાળવા છે. એટલે આજે પડદાની ઉજળી બાજુ યાદ આવી જાય છે, કે જ્યારે હિંદનો સમાજ આટલો આગળ નહોતો વધ્યો, આટલો નહોતો સુધર્યો ત્યારે આ વ્યાધિઓ આટલા આગળ વધીને તેમની કરાલ દાઢથી માનવોનો અત્યાર જેટલો સંહાર નહોતા કરતા. અને તેનું કારણ હતું મનુષ્યોનું વર્ગીકરણ તથા અસંકરત્વ. પરંતુ સુધારાના બહાના તળે જ્યારથી વર્ણ અને આશ્રમોની મર્યાદા તોડવાના પ્રયાસો આદરાયા, સુધારકો અન્ય દેશોના અનિચ્છનીય સુધારા આર્યભૂમિ ઉપર લાવવા લાગ્યા, અને ફરજીયાતી થતી ચાલી, તેમ તેમ વ્યાધિઓએ પણ આગળ ધસારો કર્યો. અને આજે આંતરજાતિય તથા બહીરજાતિય લગ્નો, છુટાછેડાના કાયદાઓ કેટલું સંકરત્વ નીપજાવશે, એ પ્રભુ જાણે !

પ્રજોત્પત્તિ માટે પુરૂષ અને સ્ત્રીસમાગમ અનિવાર્ય છે, પરંતુ જ્યારે હેતુભૂલ થઇને સ્ત્રી પુરૂષ માત્ર વિલાસની ખાતર સમાગમ આદરે છે અને તેમાં જ્યારે મર્યાદાનું ઉલ્લંઘન થાય છે, ત્યારે પુરૂષ અને સ્ત્રી બન્નેને ગુપ્ત ભાગનાં દર્દો જન્મે છે. કેવળ સમાગમના કારણે જ આ દર્દો થાય છે એમ પણ નથી. ખાદ્ય પેયનાં કારણોએ તેમ જ વંશપરંપરાથી શરીરમાં રોગોત્પાદક બીજો સંગ્રહસ્થાને પડેલાં હોય

છે તેવામાં ઉપરથી મર્યાદાનું ઉલ્લંઘન થાય છે એટલે આવાં દર્દો જન્મ લે છે.

જો કે શરીરમાં આવેલી દરેક ઇંદ્રિયો શરીરને ગતિમાન રાખવા અને વિષયોપભોગ માટે જ કુદરતે બનાવી છે. તેનો ઉપયોગ સમાનપણે, અતિક્રમણુથી રહીત રીતે કરાતો હોય છે તો એ ઇંદ્રિયો શરીર જ્યાંસુધી જીવંત હોય ત્યાંસુધી સતેજ રહી શરીરની સાથે જ વીલીન થાય છે. પરંતુ જ્યારે કોઇ પણ ઇંદ્રિયને બહેકાવી નાંખી હદ ઉપરાંત મેદાને મૂકવામાં આવે છે, ત્યારે તેનું પરિણામ દરેકને ભોગવ્યા વિના છુટકો થતો નથી. તે પછી ગરીબથી માંડી તવંગર હોય કે મજૂરથી માંડી મહેલધારી હોય પણ કરેલાં કાર્યનાં ફળ ભોગવવાં જ પડે છે.

પુરૂષને મૂત્રમાર્ગમાં થઇ આવતા પ્રમેહ સંબંધી પ્રથમ ચર્ચા કરી લઇએ. પ્રમેહ એ પુરૂષના ગુપ્ત ભાગમાં થતો વિચિત્ર અને વિવિધ ઉપાધિઓથી ભરેલો, દુઃખદાયી અને વંશપરંપરાગત પહોંચતો શરીરનું સત્યાનાશ કરનાર, ઓજસ્, આનંદ, સ્ફુર્તિ અને માર્દવતાને હણુનાર ભયંકર વ્યાધિ છે. આજે આ જમાનામાં વૈભવ, વિલાસ, મોજમજાહ, લહેજત અને લાલશાહી, બેપરવાહી અને બેદરકારી વધ્યાં છે. તે સાથે પ્રમેહે પોતાનાં બાળબચ્ચાં સાથે મનુષ્ય શરીરમાં એવાં સરસ અને સ્થાયી થાણું નાંખ્યાં છે અને મનુષ્યશરીરના કીલ્લામાં તેણે એવી રીતે પ્રવેશ કરી અડ્ડા જમાવ્યા છે કે તે નિકળતો નથી, નિકળી શકે એવી તક તેને મળતી નથી.

પ્રમેહ શાથી થાય છે? શાસ્ત્ર કહે છે કે બેસી રહીને અત્યંત આશાએશ કરવાથી, સુખ ભોગવવાથી, ઘણું ઉંઘવાથી, ઘણું દહીં ખાવાથી, ગ્રામચર અને જળચર પ્રાણીઓના માંસરસથી, નવું અન્ન અને નવું પાણી પીવાથી, સાકર, ગોળ વગેરેવાળાં મિષ્ટાન્નો હદ ઉપરાંત ખાવાથી, કફકારક પદાર્થોના સેવનથી, મૂત્રાશયમાં રહેલાં ક્લેદન કફનો અતિયોગ અને અપાન વાયુનો હીનયોગ થવાથી, અંડ-

સંધી અને મૂત્રમાર્ગમાં દાહયુક્ત ક્ષત (ચાંદી) પડે છે, એથી બળતરા સાથે અથવા બળતરા વિના થોડી થોડી વારે મહા કષ્ટે, પેસાબની સાથે અટકી અટકીને બબે ટીપાં લોહી અથવા પરૂનાં પડે છે. તેને પ્રમેહ કહે છે. આ પ્રમેહનાં જુદાં જુદાં લક્ષણોને લઇને તેની વીશ જાતો અને તેને ઇક્ષુકમેહ, ઉદકમેહ, સાદ્રમેહ, મધુમેહ, એમ નામો આપ્યાં છે. છતાં દરેક પ્રમેહ જો સંપૂર્ણપણે નાશ નથી પામતો તો તે કાળે કરી મધુમેહ (ડાયબીટીસ)માં ફેરવાઇ જાય છે.

શાસ્ત્રમાં પ્રમેહ થવાનાં કારણો ઉપર બતાવ્યાં છે. તે ઉપરાંત અત્યારે ઘણા ભાગે વેશ્યાગમન, અકુદરતી સમાગમ અને હસ્તમૈથુન અથવા રજસ્વલા કે પ્રદર, ઉપદંશથી પીડાતી સ્ત્રીની સાથે સમાગમ કરવાથી પ્રમેહ થઇ આવવાના દાખલા ઘણા નોંધાય છે. સંસારમાં વધી રહેલ ફેશન અને સુધારો મનુષ્યના માનસિક સામ્રાજ્યમાં એવી કામેચ્છા ફેલાવી રહેલ છે કે પુરૂષો–યુવાનો સંયમ પાળતાં ભૂલ્યા છે, જુવાનીમાં–ફુટતી યુવાનીમાં ઇંદ્રિયો મદમસ્ત બની રહી હોય, દરિયાની ભરતીની માફક જ્યારે સાતે ધાતુઓ ખીલી નીકળી આગળ વધતી હોય, ત્યારે પુરૂષ બદફેલી તરફ દોરવાય છે અને સ્ત્રીસુખનો એટલો લાલચુ બને છે કે તે લાઇનદોરી ઓળંગી આગળ વધે છે, અને વેશ્યાગમન, અકુદરતી સમાગમ, હસ્તમૈથુનની ક્રિયાઓ તરફ વળે છે તથા પરિણામે પ્રમેહને નોતરે છે! શાસ્ત્રોએ આગળ બતાવ્યા પ્રમાણેનાં કારણોથી શરીર વ્યાધિગ્રસ્ત થવાની તક સાધી રહ્યું હોય છે; તેવામાં બદફેલી આદરવામાં આવે છે, એટલે તાત્કાલિક પ્રમેહનાં લક્ષણો જણાવા લાગે છે. પ્રમેહ પૈકીમાં જો કદાચ તણખીયો પ્રમેહ જણાય તો તેના દરદીને એક જ ફટકે એવો મુશ્કેલીમાં મૂકી દે છે કે તેનાં દિવસરાત જવાં કઠિન થઇ પડે છે. એને પેસાબ તદ્દન અટકી ગયા જેવો થાય છે, કારણ કે મૂત્રનળીમાં વરમ–સોજો હોય છે અને ત્યાં ચાંદી પડી જાય છે. ઉપરાંત પેસાબમાં એસીડનું પ્રમાણ વધુ હોવાથી નળી મારફત જ્યારે બહાર આવવા પ્રયત્ન કરે છે ત્યારે

તેને એ સોજો અટકાવે છે અને ટીપે ટીપે પેસાબ આવે છે. તેથી એટલી સખત લહાય બળે છે કે દરદીની આંખમાંથી બોર બોર જેવાં આંસુ ખરી પડે છે. કીડનીમાં મૂત્રનો જથ્થો એકઠો થયો હોય છે. એટલે એ બહાર આવવા પ્રયત્ન કરે છે અને દરદીને ચોવીશે કલાક હાજત થયા કરે છે.

હવે મૂત્રનળીનો વરમ જો સખ્ત હોય છે તો પેસાબ સાથે લોહી પણ આવે છે અને વરમ પાક ઉપર ચઢ્યા પછી લોહીમિશ્રિત પરૂ આવે છે. આ હકીકત જાણે કે તણખીયા પ્રમેહની છે. પરંતુ આ સિવાય બીજા કેટલાક પ્રમેહ એવી જાતના જોવામાં આવે છે કે જેમાં ખાસ દરદીને બળતરા થતી નથી. પણ સાધારણ થોડા કલાક પછી એવી અસર શરીર ઉપર જણાઇ બંધ થઇ જાય છે; અને ત્યારપછી પેસાબ મારફત ફોસ્ફરસ, આલ્બ્યુમેન, ક્ષાર, કે સાકર જવા લાગે છે અને તેની અસર શરીર ઉપર જણાય છે. શરીરે અશક્તિ, પગમાં તોડ, ખોરાક ઉપર અરૂચી, સ્ત્રીસંગ પછી બહુ જ નિર્બળતા, હૃદયનો થડકો અને ચાલતાં, દાદર ચઢતાં ગભરામણ, માથામાં તમર, આંખે અંધારાં, ચીડીયો સ્વભાવ અને કંટાળો એ લક્ષણો ધીમે ધીમે શરૂ થઇ, દિન પ્રતિદિન વધતાં જાય છે અને શરીર લેવાતું જાય છે. તેનો સંસાર ઘાણીએ જોડેલા બળદ જેવો બની જાય છે. વળી એ સંસારનાં દરેક કાર્યો કરતો હોવા છતાં તેના આનંદ અને ઉત્સાહ મરી પરવાર્યા હોય છે. પ્રમેહ અથવા પરમાનો રોગ અસાધ્ય નથી, પરંતુ માણસો હાથે કરીને બેદરકારીથી તેને ધીમે ધીમે અસાધ્ય સ્થિતિમાં મૂકી દે છે.

આ રોગે જ્યારે ઉગ્ર રૂપ પકડયું હોય છે ત્યારે તો દરદી એટલો કલ્પાગરો અને શાણો બને છે કે આફતમાંથી મુક્ત થવા તે બધીએ વાતો કબૂલ કરે છે. પરંતુ ઉપરથી જરાક આરામ થયો, જરા બળતરા થતી બંધ થઇ, કે મેલ કરવત મોચીડાનો મોચીડો—ની માફક ફરી મેદાને ઘોડા મારી મૂકે છે અને પછી પુનઃ પરમો ઉથળે છે.

એટલે ફરી એ ઉપચાર કરે છે. પુનઃ તે જરા સાજો થાય છે એટલે વળી પાછો ફરી બેફામ બને છે. તે આવી રીતે શરીરની પાયમાલી કરી છેવટે એવી ઉપાધિમાં લાવી મૂકે છે કે તેને કોઇ ઔષધ અનુકૂળ આવતું નથી અને એ તંદુરસ્ત પણ બનતો નથી. એટલે પ્રમેહ માટેનાં ઔષધો લખતાં પહેલાં આ વ્યાધિના સપાટામાં સપડાયેલા બંધુઓને ખૂબ જોશપૂર્વક આજીજી કરવી ઘટે છે કે તેઓ જ્યાંસુધી સંપૂર્ણ સારા ન થાય ત્યાંસુધી સ્ત્રીસંગમાં ન આવે તો ઘણું જ સારૂં. તેમના પોતાના માટે તો ઠીક, બલ્કે તેમની અર્ધાંગનાના ભલાની ખાતર પણ દૂર રહે. નહિ તો પછી તેઓ તેમનો ચેપ ઓરતને આપશે અને એ મારફત ભાવી સંતાનોમાં પણ ઝેરનાં બીજ રોપાશે.

પ્રમેહની બળતરા સખત હોય, પેશાબ ટીપે ટીપે ઉતરતો હોય, દરદીથી રહ્યું જતું ન હોય ત્યારે મહેરબાની કરી વૈદ–ડાકટરને ત્યાં દોડી જતાં પહેલાં આ એક ત્રણ પૈસામાં બનતો ગરીબ અને નાનકડો નુસખો અજમાવવા હું આગ્રહપૂર્વક ભલામણ કરૂં છું—નહિ, ગળે પડું છું. માત્ર ત્રણ દિવસ લઇ જુઓ. તમે પાંચ દશ રૂપિયાનું ખૂન કરતાં બચશો. તેના બદલા તરીકે ધર્માદા કરજો એમ હું નથી કહેવાનો, માત્ર આ નુસખો મોઢે ગોખી રાખી, જળ વિના તરફડતી માછલીની જેમ બીજો કોઇ ભાઇ દુઃખી થતો હોય તેને બતાવી આપશો તો આપને પુન્ય પ્રાપ્ત થશે અને લેખકનો પ્રયત્ન સફળ થશે.

પાષાણભેદ તો. ૧, ચણકબાવા તો. ૧, એલચી તો. ૧, સાકર તો. ૧, હળદર તો. ૧, સોનાગેરૂ તો. ૧.

ઉપરની છએ ચીજો ખાંડી, લુગડે ચાળી રાખવી. તણખીયા આગ અને બળતા પ્રમેહના દરદીએ દર ટંકે ઉપરની દવામાંથી બે આનીભારનું પડીકું ફાકી અરધો શેર દૂધ અને અરધો શેર પાણી મેળવી એક વાસણમાંથી બીજામાં ધાર કરવી. એમ સો વખત ઓટાવી પી જવું, અથવા સોડા અને દૂધ મિશ્ર કરી પીવું. દિવસમાં ત્રણ વખત આ દવા લેવી. માત્ર ત્રણ દિવસ લેવી. આગ્ર

બળતી બંધ થશે, પેશાબ ખૂબ છૂટથી થશે અને ચોક્કસ આરામ આવશે. છતાં તમે તદ્દન સાજા થયા છો એમ નહિ માનવું જોઇએ. બધું બંધ થયું લાગે તો પણ પંદર દિવસ નીચેની ગોળી લેવાની ચાલૂ રાખો :

વાંસકપુર તો. ૧, શીલાજીત તો. ૧, રૂમીમસ્તકી તો. ૧, શેરી-લોબાન તો. ૧, રાળ તો. ૧, ચીનીકબાવા તો. ૧, એલચી તો. ૧, હળદર તો. ૧.

એ સર્વને બારીક વાટી સુખડના તેલમાં વટાણા જેવડી ગોળી વાળી, એક ટંકે બે ગોળી પાણી સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત લેવી. એથી પેશાબ ખૂબ છૂટથી આવશે, થોડી બળતરા હશે તે નાબુદ થશે, રસી જતી બંધ થશે, અને તમને લાગશે કે તમે તદ્દન સારા થઇ ગયા છો. પણ ખામોશ. એમ ઉતાવળ જો આ વ્યાધિમાં કરી તો તમે એ છૂપા રોગને શરીરમાં કાયમી થાણું નાંખવાની જગ્યા કરી આપો છો, એ પણ આગળ બતાવીશ. એ ગોળી ચાલુ બે મહિના લીધા કરજો, તો જીંદગીમાં ફરી પરમો થશે નહિ, ઉબળશે નહિ અને તેનું ઝેર કદાપિ તમને તકલીફ આપશે નહિ.

ઉપરના બેઉ ઉપચાર આગ બળતા, પેસાબ અટકતા તણખીયા પ્રમેહના છે અને સેંકડો વખત દરદીને આપ્યા છે. પરંતુ જો શરૂ-આતથી પેશાબમાં લોહી આવતું હોય—જેને પરમાનું ઘણું ઉગ્ર રૂપ માનવામાં આવે છે, જે માટે ડૉકટરો ઇંજેકશનોનો મારો ચલાવી ધોતીયું નીચોવે એમ નીચોવી કાઢે છે—તેને માટે અહીં નીચેનો પ્રયોગ આપું છું. દરદીના પાકીટ ઉપર તરાપ મારનાર પ્રેકટીશનરો ગરીબોની ખાતર આવા પ્રયોગો અજમાવે તો કેટલું રૂડું !

પારો તો. ૧, ગંધક તો. ૧, મોરથુથુ તો. ૧, એ ત્રણ વસ્તુને બારીક વાટી, લૂગડે ચાળી રાખવી. પ્રમેહમાં લોહી જતું હોય અને વેદનાથી બૂમ બરાડા પાડતા હોય તેવા દરદીને ઉપરની દવાનું એક વાલ (ત્રણ રતી)નું પડીકું બે તોલા તલના તેલમાં મેળવીને પાવું.

તેની ઉપર ચારથી આઠ તોલા તલનું તેલ પાઇ દેવું. બે કલાકમાં અજબ શાંતિ થઇ જશે. બે ત્રણ દિવસ સુધી આ પ્રમાણે દિવસમાં બેથી ત્રણ પડીકાં આપવાં અને તેલ પાવું. કદાચ રેાગીને પડીકું લેવાથી જીવ મીચકાય તેા તેલ વધારે પાવું, જેથી શાંતિ થઇ જશે. પરંતુ આ પ્રયેાગમાં દરદીને ખાંડ, દૂધ, હીંગ, ઘી, ચણા, એની સખત પરેજી પાળવાની હેાય છે તે ભૂલવું ન જોઇએ. થેાડી સાવચેતી અને પરેજી રાખવાની કાળજી કરી આ પ્રયેાગ હરકેાઇ કરી શકે છે અને કરાવી શકે છે, તેમ મેાટી આફતમાંથી બચે છે.

માનેા કે ઉપરના પ્રયેાગ અને દવાથી તાત્કાલિક અજબ ફાયદેા થાય છે, છતાં એ દરદીએા માટે તદ્દન સારા થવા સારૂ બીજા થેાડા સમયની જરૂર રહે છે. કારણ કે મૂત્રમાર્ગમાં પડેલી ચાંદી તદ્દન રૂઝાઇ જાય અને શરીર ઉપર થયેલી તેની અસર બીલકુલ નાબૂદ થાય ત્યાંસુધી રેાગ સંપૂર્ણ સારેા થયેા ન મણાય. એટલા માટે આગળ બે ત્રણ દવાએા એટલી સુંદર અને અસરકારક બતાવીશ કે, જેને અમારી વૈદ્યોની દેાલત યાને ખજાનેા કહી શકાય.

卐

પ્રકરણ ૩૭મું
પ્રમેહનેા ઇલાજ

જ્યારે પ્રમેહ જીર્ણ સ્વરૂપ પકડે છે અર્થાત્ જૂનેા થાય છે ત્યારે તે સ્થાનિક વ્યાધિ મટી સર્વાંગિક વ્યાધિ બને છે. એટલે એની અસર લેાહીમાં, માંસમાં, અસ્થીમાં, સ્નાયુમાં, વીર્યમાં જણાવા લાગે છે. અનુક્રમે લેાહી તપેલું રહે છે, માંસ નબળું પડે છે અથવા ગ્રંથીએા થાય છે, હાડકાં બરડ બને છે અથવા ફેાસફરસ એાછેા થવાથી મગજ નબળું રહે છે. સ્નાયુ શિથિલ થવાથી કામકાજ કરવાની, ઉઠવા બેસવાની કે સંસારસુખ ભેાગવવાની ઇચ્છા એાછી થાય છે અને વીર્ય નબળું પડવાથી તે પાતળું પડી જાય છે. એથી સ્વપ્નદેાષ થવા લાગે છે,

સમાગમમાં ટકાવ ઓછો થાય છે, પેશાબની સાથે વીર્ય જવા લાગે છે. આ પ્રમાણે પ્રમેહ થઇને મટી ગયા પછી પણ તેનો થોડો ઘણો અંશ શરીરમાં મૂકતો જાય છે. જો તેનું ઝેર વધારે પ્રમાણમાં રહેવા પામ્યું હોય તો પ્રમેહ થઇને મટયા પછી સાથળના મૂળમાં ગ્રંથીઓ થાય છે, જેને બદ કહેવામાં આવે છે; અથવા ગુહ્ય ભાગ ઉપર ન્હાની ન્હાની ફોલ્લીઓ થઇ આવે છે. તેને 'પ્રમેહ પિટિકા' કહેવાય છે. અથવા વૃષણ ઉપર એક જાતની ખરજ ઉત્પન્ન થાય છે, જેને 'વૃષણ કંડુ' કહેવાય છે. આ બધા નાનામોટા વ્યાધિઓ પ્રમેહ થઇ ગયા પછી પ્રગટે છે અને એક વ્યાધિ બીજા વ્યાધિને જન્મ આપે છે. એટલે જેમ અન્ય વ્યાધિઓ થઇને મટયા પછી તેનાં સંભારણાં હોતાં નથી તેમ પ્રમેહમાં સમજવું ન જોઇએ. કારણ કે તે ચેપી રોગ છે અને તે એવો તો શરીરરૂપી ગુફામાં છૂપાઇ રહે છે કે કયારે, કયા રૂપમાં બહાર આવશે તેની ખબર રહેતી નથી. માટે પ્રમેહ નાબૂદ થયા પછી તેનો કિંચિત્ પણ અંશ શરીરમાં ન રહે ત્યાંસુધી કાળજી રાખી પ્રયત્ન કરવો જોઇએ.

તેને માટે અમે હિમ્મતપૂર્વક કહીએ છીએ કે દેશી વૈદકમાં એવા સરસ પ્રયોગો પડયા છે કે જો દરદી સંયમ રાખી શ્રદ્ધા અને ધીરજથી અમુક વખત સુધી તેનો ચાલુ ઉપયોગ કરે તો જીંદગીભરમાં ફરી પ્રમેહ કે પ્રમેહજનિત કોઇ પણ ઉપદ્રવ થવા પામે નહિ. માત્ર દેશી વૈદકમાં ખૂબ ધીરજ રાખવાની જરૂર હોય છે. એ ઔષધ વ્યાધિનાં કારણને નાબૂદ કરી મૂળમાંથી વ્યાધિ મટાડે છે, જેને લઇ અન્ય પદ્ધતિ માફક કદાચ છ બાર કલાકમાં કે આઠ દશ દિવસમાં વ્યાધિ દબાય નહિ તો ધીરજ ગુમાવવી ન જોઇએ. તેની સાથે એ પણ જણાવવું જોઇએ કે આજકાલ દેશી દવાઓનો ધંધો બિનઅનુભવી અને બિનક્રિયાકુશળ માણસો કરવા લાગી ગયેલા હોવાથી બજારમાં મળતાં શાસ્ત્રીય નામનાં ઔષધો પણ ઘણી વાર ગુણમાં હલકાં નીવડે છે. તેનું કારણ દવા બનાવનારની અણઆવડત, સમજફેર અને વેપાર-

દૃષ્ટિ છે. મોતીની જગ્યાએ મરી નાંખી ચલાવી લેવાય છે, એથી જ આમ બને છે. કારણ કે આયુર્વેદશાસ્ત્ર બહુ ગહન છે. મનુષ્ય તેની જીંદગી પુરી થાય ત્યાંસુધી અભ્યાસ કરે છતાં તેમાં વિદ્યાર્થી જેવો જ રહે છે. અભ્યાસ કર્યા પછી તેમાં અનુભવ અને ક્રિયાકુશળતાની જરૂર છે.

એક સંસ્કૃતના પારંગત પંડિતની દીકરીને એક વૈદ્યરાજ સાથે પરણાવેલી. વૈદ્ય પણ સંસ્કૃતનો જાણનાર. દીકરી સુવાવડને કારણે પિતાને ત્યાં આવેલી. તેમાંથી જરા તબીયત બગડી એટલે જમાઇરાજ વૈદ્ય હોવાથી તેમનો અભિપ્રાય મંગાવ્યો કે શી દવા આપવી? જમાઇરાજે પંડિતાઇના ઘમંડમાં લખી નાંખ્યું કે 'કંટકારિ ક્વાથ આપજો.' પુત્રીના પિતા પંડિતજીને 'કંટકારિ' શબ્દ સંસ્કૃત જણાયો. એટલે એના ઉપર શબ્દ–વ્યુત્પત્તિ અને સમાસ આદર્યો. કંટકસ્ય અરિ–કંટકારિઃ કંટક નામ જે કાંટો એનો અરિ નામ શત્રુ તે કંટકારિ કહેવાય. એટલે કાંટા (પગમાં વાગે છે) તેનો શત્રુ ઉપાન–પગરખાં! એ સમજણથી પંડિતજીએ જૂના કંઇક કાળના સંઘરી રાખેલા ઉપાનના ટુકડા કરી ક્વાથ બનાવીને માંડયો આપવા! થોડા વખત પછી આવી પહોંચેલા જમાઇએ વેદીયા સાસરાની મુર્ખાઇનું પ્રદર્શન થતું જોઇ તેમની ભૂલ સુધારી.

આવી ભૂલો અર્ધદગ્ધ વૈદ્યો પણ કરે છે, અને પછી તેનો દોષ આયુર્વેદશાસ્ત્ર અથવા દેશી વૈદક ઉપર આવે છે અને પ્રતિપક્ષીઓ તુરત અભિપ્રાય આપે છે કે દેશી વૈદક અપૂર્ણ છે! પરંતુ તેમાં દોષ કોનો?

જીર્ણ પ્રમેહ માટે પ્રથમ હું એક ગોળી લખું છું. તેનું નામ છે ચંદ્રપ્રભા. આ દેશી વૈદકની મશહુર ગોળી બજારમાં અને ફાર્મસીઓમાં પુષ્કળ વેચાય છે. લોકો છુટા હાથે તે લે છે અને ઉપયોગ કરે છે. છતાં તે ગોળી શાસ્ત્રમાં લખેલા ગુણો નથી બતાવતી તેનું કારણ બનાવટની અપૂર્ણતા અથવા તેમાં પડતાં દ્રવ્યો સાચાં હોતાં નથી કિંવા સડેલાં હોય છે, અથવા સસ્તું બનાવી મોંઘુ વેચવાની

ખાતર તેમાં એકને બદલે બીજી ચીજો નાંખી હોય એથી તે ગુણુ-શાળી બનતી નથી. એટલે અમે આ નીચે જે પાઠ આપ્યો છે તેમાં થોડો ફેરફાર કર્યો છે. છતાં એ ભારે ગુણુશાળી, તાત્કાલિક ફળ આપ-નાર છે. ગમે તે જાતના તથા ગમે તેટલા જુના ઉપદ્રવવાળા પ્રમેહનો દરદી તેનો સતત ઉપયોગ કરે છે તો તેનું શરીર ચંદ્ર જેવી કાન્તિવાળુ બની નખમાં પણ રોગ રહેતો નથી. પરંતુ તેમાં પડતા શીલાજીત અને વાંસકપુર બન્ને પદાર્થો બહુ અગત્યના છે, અને બજારોમાં એ બન્ને વસ્તુ નવાણુ ટકા બનાવટી મળે છે. માટે આ ગોળી બનાવનારે પ્રથમ તેની શુદ્ધતા અને સચ્ચાઇની ખાત્રી કરી લેવી જોઇએ.

ચંદ્રપ્રભા (ફેરફાર સાથે)

પડકચુરો, વજ, મોથ, કરીયાતું, ગળો, દેવદાર, હળદર, અતિ-વિષ, દારૂહળદર, પીપળીમૂળ, ચીત્રક, ધાણાં, હરડે, બહેડાં, આમળાં, ચવક, વાવડીંગ, સુંઠ, મરી, પીંપર, સુવર્ણમાક્ષિક ભસ્મ, જવખાર, સાજીખાર, સિંધવ, સંચળ, ખડીગોખાર, એ તમામ વસાણાં એકેક તોલો લેવાં. નસોતર, દંતીમૂળ, તમાલપત્ર, તજ, એલચી, વાંસકપુર, એ ૭ ઓસડ ચાર ચાર તોલા લેવાં. લોહભસ્મ આઠ તોલા, સાકર સોળ તોલા, શીલાજીત બત્રીસ તોલા અને શુદ્ધ ગુગળ બત્રીસ તોલા લઇ ભેગા વાટી તેની એકેક તોલાની ગોળી બાંધવાનું સારંગધર સંહિ-તામાં બતાવ્યું છે, પરંતુ આ પ્રમાણે ગોળી બનાવવાથી બરાબર ગુણ થતો નથી અને એટલા મોટા પ્રમાણની ગોળી લઇ શકાતી નથી. તેના બદલે નીચે મુજબ ફેરફાર કરવાથી ઘણું સારૂં કાર્ય કરનારી ગોળી બને છે.

ઉપર લખેલાં કાષ્ઠિક ઔષધોનું જે પ્રમાણ લખ્યું તેનાથી ચાર-ગણાં વધારે લેવાં અને તેને ખાંડી સોળગણા પાણીમાં પલાળવાં. બત્રીસ તોલા ગુગળ લખ્યો છે તેના બદલે બે રતલ ગુગળ લેવો અને તેને પણ પાણીમાં પલાળી રાખવો. બાકીનાં ઔષધોમાં જે પ્રમાણ છે તે બરાબર છે.

બીજે દિવસે પાણીમાં પલાળેલાં વસાણુાને ઉકાળી ચોથા ભાગનું પાણી બળી જાય ત્યારે ગાળી લઇ, કુચા ફેંકી દેવા અને તે ઉકાળામાં પલાળી રાખેલ ગુગળ મેળવવો. શીલાજીત પણ અંદર મેળવી ઉકાળવું. ઉકળતાં શીરા જેવું ઘાટું થઇ જાય એટલે નીચે ઉતારી ભસ્મો, સાકર, વાંસકપુર વગેરે અંદર નાંખી મેળવવું અને દસ્તાથી ખૂબ કુટવું, એટલે ગોળી વળે એવો મુલાયમ માલ તૈયાર થશે, તેની ઘીવાળો હાથ કરી અરીઠાનાં મીંજ જેવડી ગોળી વાળવી. એ ગોળીમાંથી દરરોજ એકેકી અથવા બબ્બે દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે આપવાથી જૂનો અથવા નવો પ્રમેહ, મૂત્રકૃચ્છ (પેશાબ ટીપે ટીપે થવો), મૂત્રાઘાત, શર્કરા, સ્મરી અને સર્વ જાતના પ્રમેહ તેમ જ પ્રમેહના અંગેની ફરિયાદો, તેથી થયેલા વ્યાધિઓ નાબૂદ થાય છે.

જો કોઇ રોગી એક વરસ સુધી આ ગોળીનું સેવન કરે છે તો તેનું મીઠી પેશાબનું દરદ જડમૂળથી નાબૂદ થઇ જાય છે એમ અમે છાતી ઠોકીને હિંમતપૂર્વક અનુભવ લીધા પછી કહીએ છીએ. પરંતુ આ ગોળીનું સેવન કરનારાએ ખાંડ, હીંગ, દહીં, ઇંડાં, દારૂ તથા માછલાંનો ત્યાગ કરવો જોઇએ.

આ ગોળીના જેટલા વખાણ કરીએ તેટલા ઓછા છે. જ્યારે મનુષ્ય કાયર થઇ ગયો હોય, દુનિયાભરના વૈદ્ય ડાકટરોનો અભિપ્રાય બાકી રહ્યો ન હોય અને ખીસ્સા ઉપર કાતર મૂકાવી, ખીસું ખાલી કરી ભાંગેલ પગે અમારી પાસે આવે છે ત્યારે તેને છ કે બાર માસ સુધી ગોળી સતત લેવાનું નક્કી કરી ચાલૂ કરીએ છીએ અને દરદી સંપૂર્ણ નીરોગી, તેજસ્વી અને સ્ફુર્તિવાળો બને છે. અનુભવની ઇચ્છાવાળા અનુભવ કરી જોઇ ખુશ થાય.

વસંતકુસુમાકર રસ

સુવર્ણ ભસ્મ તો. ૨, અભ્રકભસ્મ તો. ૨, લોહભસ્મ તો. ૩, રસસિંદુર તો. ૪ાા, બંગભસ્મ તો. ૩, સાચા મોતીની પીષ્ટિ તો. ૪, પ્રવાળ પીષ્ટિ તો. ૪, ભીમસેની કપુર તો. ૦ાા. કસ્તુરી તો. ૦ા.

પ્રથમની સાત દવાઓને ખરલમાં નાંખી, ઘૂંટી, તેને ગાયનું દૂધ, અરડુશીનો રસ, હળદરનો કવાથ, કેળના કંદનો રસ, માલતીનો રસ, સફેદ ચંદનનો કવાથ, તુલશીનો રસ, એ દરેકની સાત સાત ભાવના આપવી. અર્થાત એકેક વસ્તુથી સાત સાત દિવસ સુધી ઘૂંટવું. ત્યારબાદ ઘૂંટી બાટલી ભરવી.

પ્રમાણુ ૧ થી ૨ રતી સ્હવાર, સાંજ મધ, માખણુ અથવા દૂધ સાથે.

ગુણુ અને ઉપયોગ:-

પ્રમેહ થઇ ગયા પછી મટી ગયો હોવા છતાં શરીરમાં અશક્તિ, ખોટી ગરમાઇ, સુસ્તપણું, હાથપગ ઢીલા રહેવા, કોઇ વખત ધાતુનું જવું અને સ્રીસંગ કર્યા પછી બહુ અશક્તિ વરતાવી, સંસારસુખ ભોગવવાની ઇચ્છા ન થવી, સ્વપ્નદોષ થઇ જવો અથવા સ્રીના સંકલ્પથી વીર્ય પાણી માફક ચાલ્યું જવું—આવા દોષવાળા રોગી માટે આ રસ એક મહાન અમૃત સમો, નવજીવનદાતા, પુરૂષત્વ આપનાર, આયુષ્ય લંબાવનાર, જીંદગીમાં ફરી નવજુવાની આપી, સારા થયેલા સંસારને વસંતની બહાર સમો બનાવનાર છે. આ અલૌકિક પ્રયોગ ચંદ્ર જેવો શીતળ છતાં તેજસ્વી, સૂર્ય સરખો પ્રકાશવાન છતાં ગંભીર, બહુમૂત્ર, ધાતુક્ષીણુતા, ધાતુક્ષય, પ્રદરરોગ, સોમરોગને મટાડી આશ્ચર્યકારક કામ કરે છે. એટલું ખરૂં કે તેમાં પડતી બહુ મૂલ્યવાન વસ્તુઓ સાચી, સારી અને સંપૂર્ણ પરિપકવ હોવી જોઇએ.

ચંદ્રકળા રસ

શુદ્ધ પારદ તો. ૧, શુદ્ધ ગંધક તો. ૨, તામ્રભસ્મ તો. ૧, કડુ તો. ૧, ગળોસત્ત્વ તો. ૧, ખડસલીયો તો. ૧, ચંદનનો ભુકો તો. ૧, માધવી તો. ૧, સારીવા તો. ૧.

પ્રથમ પારદ ગંધકની કજલી કરી તેમાં તામ્રભસ્મ અને અભ્રકભસ્મ મેળવી, નાગરમોથનો કવાથ, દાડમનો રસ અને ખડસલીયાનો

ક્વાથ, રામતુલશીનો રસ અને સતાવરીના રસમાં–એમ દરેકમાં એકેક દિવસ ઘૂંટી, સૂકાયા બાદ બાકીનાં કાષ્ટિક ઔષધનું બારીક ચૂર્ણ મેળવી, દ્રાક્ષના રસની સાત ભાવના આપવી. એટલે સાત દિવસ ઘૂંટીને સૂકાય એટલે બાટલીમાં ભરી બૂચ મારવો.

પ્રમાણ

૨ થી ત્રણ રતીભાર, જીરૂ અને સાકર અથવા દૂધ કે માખણ સાથે.

ઉપયોગ અને ગુણ :

શરીરમાંથી ધાતુ જવી કે ફોસફરસ, ક્ષાર, કે સાકર અથવા લોહી પડવું–એને તાત્કાલિક બંધ કરે છે. શરીરમાં સાચી શીતળતા લાવી. ખોટી ગરમાઇથી ભઠ્ઠીની આગ માફક તપતું હોય તેને ઠંડક આપી, ચંદ્રની કળા જેમ દિવસે દિવસે વધતી જાય છે, તેમ દવાના પડીકે પડીકે શરીરમાં કોઇ આનંદ અને સ્ફુર્તિ આવતી જાઇ, વીર્ય શુદ્ધ અને શરીરમાં એકઠું બનાવે છે, પિત્તજ્વરને મટાડે છે. ઘણું ક્વીનાઇન લીધા પછી શરીરમાં ગરમાઇ વધી ગઇ હોય અને શરીર તપેલું રહેતું હોય, મગજ ભમતું હોય કે શરીરના કોઇ ભાગમાંથી લોહી પડતું હોય અથવા પેડુમાં પથરી હોય તેને મટાડી આપનાર બહુ ઉત્તમ રસ છે. સ્ત્રી, બાળક, યુવાન હરેકને ઉપયોગી અત્યુત્તમ ગુણકારી છે. પુરૂષના પ્રમેહમાં જેટલો ઉપયોગી છે, તેટલો જ આ રસ સ્ત્રીઓના પ્રદરમાં પણ ઉપયોગી હોઇ કસુવાવડો અને લોહીવાની ટેવને નાબૂદ કરનાર, ઉત્તમ સંતાન પ્રાપ્ત કરાવનાર છે.

વિશાળ આયુર્વેદશાસ્ત્રમાં અલૌકિક ગુણદાતા, અજર અમર બનાવનાર સેંકડો પ્રયોગો આવા પડયા છે. પરંતુ દિલગીરી એ છે કે આજે વૈદ્યો પરાવલંબી બની ગયા છે. કોઇ પણ વસ્તુ બનાવવાની એમને ફુરસદ હોતી નથી. તૈયાર માલ લાવી દરદીઓને આપે છે. એટલે ધારેલો ગુણ થતો નથી. વળી જનતા પણ વૈદ્યોને ઉત્તેજન આપતી નથી. ૭ આનાના ઇંજેકશનના એ ૭ રૂપીઆ આપવાની

આનાકાની નથી કરતી, પરંતુ વૈદ્ય જો રોજના આઠ આના માગે, દવામાં તેને વસંતકુસુમાકર કે ચંદ્રકળા રસ જેવી વસ્તુ મૂકવી પડતી હોય તો પણ આઠ આના દરરોજના આપવા મોંઘા પડી જાય છે. એટલે વૈદ્ય પણ ધાપાણનું પડીકું બાંધે અને એથી કદાચ દરદીને લાભ ન થાય, તો પછી તેમાં વાંક કોનો ?

દરેક વસ્તુ પોતાના ગુણ અને સ્વભાવને છોડતી નથી. દવાઓ તેના બતાવેલા પાઠ પ્રમાણે બરાબર કોઇ પણ ખામી રાખ્યા સિવાય બનાવવામાં આવે તો લેનારને અવશ્ય લાભ થાય છે. આ દવાઓ અમે સેંકડો વખત બનાવી અસાધ્ય જણાતા રોગીને ખવડાવી જોઇ છે, તેના ચમત્કારથી મુગ્ધ બન્યા છીએ. એટલે અમારો અનુભવ જાહેરમાં મૂકતાં અમને અત્યંત આનંદ થાય છે. આ પ્રમેહનો વિષય પૂરો કરી હવે સ્વપ્નદોષ અને નપુંસકતા તરફ વળીશું.

卐

પ્રકરણ ૩૮મું
સ્વપ્નદોષ

સ્વપ્નદોષ એટલે રાત્રે માણસ નિદ્રામાં પડયો હોય ત્યારે તેને સ્વપ્ન આવે, એ સ્વપ્નમાં ગુહ્ય ભાગનું ઉત્થાન થાય અને સ્ત્રીસમાગમ વખતે જેમ વીર્ય સ્ખલિત થાય છે તેમ વીર્યપાત થઇ જાય તેને સ્વપ્નદોષ કહેવામાં આવે છે. આ વ્યાધિએ જુવાનોમાં, વિદ્યાર્થીઓમાં હમણા હમણાં બહુ પગપેસારો કર્યો છે.

સ્વપ્નદોષના વ્યાધિને વૈદક શાસ્ત્રમાં જુદો પાડવામાં આવ્યો નથી. પરંતુ વીશ પ્રકારના પ્રમેહમાં તેનો સમાવેશ કર્યો છે. છતાં સ્વપ્નદોષ ઉત્પન્ન થવાનું કારણ ધાતુદોષ છે. જ્યારે શરીરના સાતે ધાતુના સારરૂપ ઓજસ નાશ પામે છે ત્યારે સ્વપ્નદોષ લાગુ પડે છે.

ઇશ્વરરચિત શરીરમાં વીર્ય એ શરીરના યાંત્રિક સાંચાઓમાંથી ભારે કઠિનતાથી બહુ કાળે પરિપક્વ થનાર, શરીરના સાર રૂપ જીવ-

નની જ્યોતિરૂપ, પરાક્રમીઓના પરાક્રમરૂપ, બુદ્ધિમાનોની બુદ્ધિરૂપ, અણમોલ રત્ન છે. ચાંદી, સોના, હીરા, મોતી, અને અતિ મૂલ્યવાન ધાતુ રેડીયમ જેવી ચીજો તો રૂપીયા ખરચતાં મળી શકે છે, પણ વીર્ય સમો અમૃતરૂપી પદાર્થ રાજ્યનાં રાજ્ય આપવા છતાં મળી શકતો નથી. આલોક અને પરલોકની સિદ્ધિ માટે વીર્યવાન પુરૂષ સફળ થઇ શકે છે. આ હેતુથી ઋષિમુનિઓએ વીર્યને અણમોલ રત્ન કહ્યું છે. જેનું એક બુંદ રજક્ષેત્રની અંદર પડવાથી ગર્ભ રહે છે અને નવ માસ પુરા થતાં જેમાંથી સર્વશ્રેષ્ઠ જીવ ઉત્પન્ન થાય છે, એ જીવનું આત્મબલ, બુદ્ધિબલ, દેહબલ, સમાજબલ, ધનબલ, રાજ્યબલ અને પરાત્મબલ બલવત્તર વીર્યવાનપણામાં સમાયેલું છે, એવા વીર્ય અને વીર્યના જથ્થાને અજ્ઞાનતાથી, ઉન્મત્તાઇથી, કુસંગથી લોકો નાશ કરવા લાગે છે.

તેનો દુર્વ્યય થાય છે ત્યારે જ વીર્યનાશના પરિણામે સ્વપ્નદોષ, નપુંસકતા, કોષ્ટબદ્ધતા, ક્ષય, ગઠીયો વા, ઉપદંશ, મૂત્રકૃચ્છ અને મૂત્રાઘાત જેવા રોગને જન્મ આપે છે.

એક વાસણ જેને તળીએથી છિદ્ર કરવામાં નથી આવ્યું તેમાં પ્રવાહી પદાર્થ ભરવામાં આવે તો એ વાસણ ભરાવા લાગે છે. પરંતુ જો નીચેથી છિદ્ર કરવામાં આવેલું હોય તો ઉપરથી ભરવામાં આવતાની સાથે છિદ્ર મારફત વહી જાય છે. એવી જ રીતે જ્યારે વીર્યાશયમાંથી પ્રથમ વીર્યનો વ્યય હદ ઉપરાંત થઇ જવા પામે છે, પછી એ અજ્ઞાનતાથી ચેતવામાં આવે છે તથા પોતાની મુર્ખાઇનું ભાન થાય છે અને પોતે જાતે એ થતો વ્યય બંધ કરે છે; છતાં થયેલા છિદ્ર મારફત સ્વપ્નદોષ થવા લાગે છે, અને સ્વપ્નદોષ એ સ્રીસંગમાં થતા વીર્યપાતથી પણ વધારે બુરાઇ નીપજાવે છે. સ્રીસંગમાં વીર્યપાત થવા છતાં ઓજસનો વિનાશ નથી થતો (પ્રમાણસર સ્રીસંગમાં જ), જ્યારે સ્વપ્નદોષમાં તો ઓજસનો વિનાશ વધુ પ્રમાણમાં થાય છે, એટલે સ્વપ્નદોષ ચાલુ રહેવાથી. શારીરિક શક્તિ હણાતી જાય છે,

ચહેરાનું તેજ નાશ પામવા લાગે છે, આંખોની જ્યોત કમી થાય છે, સ્મરણશક્તિ યાને યાદશક્તિ કમી થતી જાય છે, વિદ્યાભ્યાસ, વહેવારકુશળતા, હિમ્મત, પ્રભાવ ઓછાં થતાં જઇ જીવવા છતાં મુડદાંની મીશાલ જીવન ગુજરતો વીર્યવિહીન મનુષ્ય દયાપાત્ર છે.

મહર્ષિ યોગીરાજ હઠયોગ પ્રદીપિકામાં જણાવે છે કે:

मरणं बिन्दुपातेन जीवनं बिंन्दु धारणात् ।
तस्मात् अति प्रयत्नेन कुर्यात् बिन्दु रक्षणम् ॥

ભારતવર્ષનાં આર્યશાસ્ત્રો ઉઠાવો, તો તેમાં બ્રહ્મચર્ય અને વીર્યરક્ષા માટે ઘણું લખવામાં આવ્યું છે. મહર્ષિ શંકરાચાર્ય કહે છે: '**ब्रह्मचर्य आयुष्कराणां**' અર્થાત પૃથ્વી ઉપર આયુષ્ય અને બળ ધરાવનાર જેટલા ઉપાય છે તેમાં વીર્યરક્ષા સર્વથી શ્રેષ્ઠ અને મહાન ઉપાય છે.

જ્યારે ભરયુવાનીની જરૂરીઆત હોય છે, જ્યારે વીર્ય પરિપક્વ સ્થિતિમાં તૈયાર થતું હોય છે, તે વખતે જ ગુલાબની કળી ખીલવાને વખતે કરમાય છે, ખરાબ મિત્રોની સંગતથી કુચેષ્ટા તરફ દોરવાય છે અને બદફેલી તરફ વૃત્તિઓ વળે છે. તેવે વખતે તેમને વીર્યરક્ષાની મહત્તા સમજાવવા, તેમને રોકવા બાબત છે કાંઇ પ્રબંધ? આર્યોનાં જૂનાં પુરાણાં શાસ્ત્રો ઉપર તો આજનો સુધારાવાદી ઘૃણાની નજરથી જોવા લાગ્યો છે. આજની શિક્ષણપ્રણાલિમાં કોઇ પણ જગ્યાએ વીર્ય શી વસ્તુ છે અને તેનું રક્ષણ કરવામાં કયા ફાયદા સમાયેલા છે તેનું જોરશોરદાર જ્ઞાન અને લક્ષ શિક્ષિતો તરફથી, રાજ્ય તરફથી, સમાજ તરફથી કિંવા કેળવણી વિભાગ તરફથી આપવામાં આવ્યું છે? અથવા એવું પાઠય પુસ્તક મોજુદ છે કે જેના ઉપરથી આજનો યુવાન—આજનો વિદ્યાર્થીવર્ગ જ્ઞાન સંપાદન કરી શિક્ષા મેળવી બદફેલીમાંથી બચતો રહે?

જોવામાં આવે છે કે વીર્યના વિનાશનો પ્રથમ પાયો તો વિદ્યાર્થી અવસ્થામાંથી જ રોપાય છે. બોર્ડીંગોમાં અને આશ્રમોમાં,

કોલેજોમાં અને વિદ્યાર્થીગૃહોમાં અનેક બાળકો સાથે રહે છે, સાથે સૂવે છે અને સાથે ફરે છે. તે વખતે એકાદ દુરાચારી પાપી માનવી શેતાનીયત ભોગવી રહ્યો હોય છે. એ બીજાને પણ બગાડે છે અને એ ચેપ આગળ વધતો અટકતો નથી. કારણ કે તેના ચોકીદારો વીર્ય-રક્ષાનું જ્ઞાન આપવા તરફ બિલકુલ બેપરવા રહેલા હોય છે. કેટલીક વાર એવું જ્ઞાન જુવાન વિદ્યાર્થીને આપતાં તેમને શરમ કિંવા સંકોચ થતો હોય છે.

આમ સમાજમાં જે વસ્તુ તરફ દુર્લક્ષ છે તે તરફ અમે કેટલા અવાજથી, કેટલા જોરથી વીર્યરક્ષાનું જ્ઞાન આપવા બરાડા પાડીએ ? અને એ અવાજ શું દિગંતરમાં પ્રસરશે ? આ કાર્ય શું માત્ર એક વ્યક્તિનું છે ? સમગ્ર સમાજનું નથી ? આ પ્રશ્નને મહાન બનાવવામાં આવે અને દેશોદ્ધારના કાર્ય સાથે વીર્યરક્ષા સારૂ દેશસેવકો પ્રયત્ન-વાન બને તો વિનાશના પંથે પડેલો આજનો યુવાન વર્ગ જરૂર પાછો વળે ખરો.

સ્વમદોષ થવાનાં કારણોનો નીચે મુજબ સમાવેશ થઇ શકે :

(૧) કુપથ્ય અર્થાત મધ, માંસ, ગાંજો, કોકેન, તેલ, ખટાઇ, મરચાં, ચહા, કોફી, વગેરે પદાર્થોના સેવનથી.

(૨) કુટેવ અર્થાત કુસંગતિથી બહેકાવટમાં પડીને હસ્તમૈથુન, સૃષ્ટિક્રમ નિયમ વિરૂદ્ધ કાર્ય, વગેરેની પડી ગયેલી કે આગળ ભોગ-વેલી ટેવથી.

(૩) કાચી ઉમરમાં લગ્ન થઇ જવાથી, અને એ વખતે વીર્યનો વ્યય થવાથી તેમ જ યુવાન પુરૂષનો વૃદ્ધ સ્ત્રી સાથે સમાગમ થવાથી.

(૪) વ્યભિચાર અર્થાત પરસ્ત્રીગમન ભય સાથે કરવામાં આવે છે તેવાં કારણોથી કે વેશ્યાના સહવાસથી.

(૫) જેમાં પ્રેમ અને જુગુપ્સા ઉશ્કેરે એવા ચિતારો વધારે આલેખાયેલા હોય તેવાં નોવેલ, જેમાં અર્ધનગ્ન શરીરધારી

નર્તિકા યા નટી અને પ્રેમનાં આલિંગનો, ચુંબનો અને કટાક્ષો વધારે પ્રમાણમાં હોય એવાં નાટક સીનેમામાં તરબતર બની, જોઇ લઇ તેની છાપ ઉંડા અંતઃકરણ ઉપર પડવાથી.

(૬) ઉપરની પાંચ કલમો પૈકીની કોઇ પણ કુટેવ ન હોય છતાં મનમાં પ્રબળ કામેચ્છા રહ્યા કરવી અને સુંદર સ્ત્રીઓ પ્રત્યે ટીકીને જોવા કરવાની ટેવથી મન ચંચળ રહેતું હોય તેથી.

ઉપરનાં ખાસ કારણોથી સ્વપ્નદોષ થવા લાગે છે. એ સિવાય પણ કૃમી થવાથી, મૂત્રાશય અને મૂત્રનળીના દાહથી, મસ્તકના કોઇ રોગથી, કરોડરજ્જુના વ્યાધિથી, ઘોડાની સવારી અને સાયકલના બહુ અભ્યાસથી પણ સ્વપ્નદોષ થાય છે.

અને સ્વપ્નદોષ થાય છે એટલે નીચેનાં લક્ષણો જણાવા લાગે છેઃ

(૧) મોઢા ઉપર ઝીણી ફોલ્લીઓ નીકળી આવવી.

(૨) મોઢા ઉપરની ગુલાબી લાલી નાશ પામી કાળી ઝાંઇ આવી જવી.

(૩) માંસલ ચહેરો સુકાવા લાગી હાડકાં દેખાવાં લાગે છે અને તેજરહીતપણું જણાય છે. (ઓજસ ઓછું થવું.)

(૪) હસમુખો ચહેરો દુઃખી અને ઉદાસ બની જાય છે, આંખો ઉંડી ઉતરે છે અને મગજનો ઘેરાવો સંકડાયેલો જણાય છે, તેમ જ સ્વભાવ ચીડીયો, ક્રોધવશ, સહનશીલતારહીત, ક્ષણમાં આનંદ અને ક્ષણમાં શોક વિનાકારણ બદલાયા કરે છે.

(૫) વારંવાર ખોટી ભુખ લાગે છે અથવા તદ્દન મંદાગ્નિ થઇ જાય છે, કબજીયાત રહે છે, સાત્વિક આહારની અરૂચી અને મસાલેદાર પદાર્થો ઉપર રૂચી પેદા થાય છે.

(૬) આંખની પ્રતિભા નાશ પામવા લાગે છે. આંખથી આંખ મેળવી, કોઇ સામે જોઇ શકાતું નથી. કોઇ શરમીંદા અથવા અપરાધીની માફક વીર્યનાશ કરનાર નીચે જોઇ રહે છે અથવા વારંવાર આડું અવળું જોયા કરે છે.

(૭) હાથ પગનાં તળીયાં ઠંડાં રહે છે અથવા પસીનાથી ભીંજાયેલાં રહે છે.

(૮) ઉપન્યાસ, નાટક, આદિ શૃંગાર રસનાં પુસ્તકો અને સ્ત્રીઓનાં ચિત્રો જોવાની વધારે ઇચ્છા રહે છે.

(૯) સ્મરણશક્તિ નાશ પામી જાય છે. કોઇ પણ વાત યાદ રહેતી નથી. મગજ ઉપર ગરમી રહે છે. આંખો ઉપરનું તેજ કમી થાય છે અને ચશ્માં આવે છે અથવા થોડું વાંચવાથી પાણી નિકળવા લાગે છે.

(૧૦) અવાજની કોમળતા નષ્ટ પામી, અવાજ રૂક્ષ બની જાય છે, મોઢામાંથી દુર્ગંધ આવે છે.

(૧૧) એકાંતપ્રિયતા અને ચિંતવનથી ચિંતાતુર રહેવાય છે.

(૧૨) હૃદયનો થડકો થઇ આવે છે, ગભરામણ, થોડા દુઃખને પહાડ જેવું દુઃખ માનવાપણું, પશ્ચાત્તાપ, કોઇ વખત આત્મહત્યા કરવાની ઇચ્છા, ઇર્ષ્યા અને દ્વેષ વગેરે જન્મે છે.

ઉપરનાં ચિહ્નો વીર્યનાશ થયેલા કે વીર્યનાશ થવા લાગેલાનાં લક્ષણો છે. ચરકાચાર્ય કહે છે કે આહારનું પરમધામ વીર્ય છે, એટલે દરેક મનુષ્યે વીર્યની રક્ષા કરવી જોઇએ, અને જેના શરીરમાં વીર્યક્ષય થયો તેને નાના પ્રકારના રોગો સતાવે છે, મૃત્યુ નજીક આવે છે, કારણ વીર્ય એ જ બળ છે, વીર્ય એ જ જીવન છે, વીર્ય એ જ જુવાની છે, વીર્યનું કમીપણું એ વૃદ્ધાવસ્થા, નાશ અને મૃત્યુ છે. યાદ રાખવું જોઇએ કે વીર્યવાન મનુષ્યને કોઇ સતાવી શકતું નથી, વીર્યવાન ઉપર સંક્રામક રોગો આવી શકતા નથી, વીર્યવાન મનુષ્ય પોતાનો પુરૂષાર્થ સફળ કરી શકે છે, કુદરત પણ વીર્યવાનની વિરૂદ્ધ જઇ શકતી નથી. '**દેવોપિ દુર્બલઘાતકः**' માટે બંધુઓ ! વીર્યરક્ષા એ તમારો જીવનનો સંગાથી મહામંત્ર છે.

૨. ૧. ૧૮

વીર્યરક્ષાના ઉપાય

એ વિષેના ઉપાય બતાવતાં પહેલાં મારે જણાવી દેવું જોઈએ કે ઔષધો આ વ્યાધિમાં બહુ જ જુજ કામ કરે છે. રહેણી કરણી અને મનોનિગ્રહ, કસરત, આસન અને સદ્‌વિચાર જેટલું સ્વપ્નદોષમાં અગત્યનું કામ કરે છે તેટલું ઔષધો કરી શકતાં નથી. બેશક જ્યાં ઔષધોની જરૂર હોય ત્યાં સમજપૂર્વક પ્રકૃતિ અને દેશકાળનો સંપૂર્ણ વિચાર કરી, સદ્‌વૈદ્યના હાથે ઔષધની યોજના કરવામાં આવે તો પડેલી ખોટ કે ખોદાયેલો ખાડો પૂરાઈ જાય, નવું જીવન પ્રાપ્ત થાય છે. પણ અહીંતહીંથી ધાતુપુષ્ટિની દવાઓ મંગાવી ખાઈ લેવાથી જરૂર લાભને બદલે હાનિ જ થાય છે, એમ કહ્યા વગર ચાલતું નથી. વળી એ પણ ચેતવવાની–લાલ બત્તી ધરવાની જરૂર છે કે અત્યારે ધાતુપુષ્ટિની દવાઓ ખપાવવા માટે વિનામૂલ્યે મળતું કેટલુંક સાહિત્ય પણ એટલું વહેમના વમળમાં ગોથાં ખવરાવનારૂં હોય છે કે જે વાંચવાથી પોતે ખાસ કરી એવા વ્યાધિથી પીડાતા ન હોય, એ વ્યાધિથી ગ્રસિત ન હોય, છતાં વહેમમાં પડી, પોતાને વીર્યવિહીન માની લે છે અને વીર્યને દૃઢ બનાવવા માટે તે તે દવાઓ મંગાવવા લલચાય છે. સૃષ્ટિમાં કોઈ પણ એવી દવા નથી કે શરીરમાં એ દવા જઈને વીર્યનો જથ્થો ઠાલવે કે ફુવારા છોડે, કે જેથી શરીરમાં રતલબંધી વીર્યના ઢગલા જામી જાય! એવી જાતની જાહેરાતો એ તો ફુદાંઓને ઝંપલાવવા માટે કરોળીઆએ બાંધેલી જાળો જેવી હોય છે. એ દવાઓમાંથી નથી તો વીર્ય બનાવવાની શક્તિ હોતી કે નથી શરીરમાં લોહી, માંસ આદિ ધાતુઓને સજીવન કરી, પુનર્જીવન બક્ષવાની શક્તિ. આ દવાઓમાં મોટા પ્રમાણમાં ઝેરકોચલાં તથા અફીણ, ભાંગ જેવી નશાકારક, ઉત્તેજીત અને માદક વસ્તુઓ હોય છે. તે ક્ષણિક ઉત્તેજના કરી, શરીરને વધારે ઉશ્કેરે છે. એથી તે વધારે કામવાસના તરફ દોરવાય છે અને શરીરને વધારે પાયમાલ કરે છે. માટે આવી કહેવાની વીર્યવર્ધક દવાઓ તરફ વળતાં પહેલાં ખૂબ વિચાર કરવાની જરૂર છે.

સ્વપ્નદોષ મીટાવવા ધારતા પુરૂષે પ્રથમ પોતાના હૃદયમંદિરમાં પ્રવેશ કરી ખૂણે ખૂણે ફરી વળી જોઇ લેવું કે કોઇ છૂપી છૂપી અંધકારભરી કુટિરમાં કામવાસનાની ચિનગારી જલતી રહી છે? અને તેને સતેજ રાખવા મનોવ્યાપારી સંકલ્પ-વિકલ્પરૂપી વ્યાપાર ચલાવે છે? કારણ કે વિચાર ને ક્રિયાનું પ્રતિબિમ્બ સ્વપ્ન છે. જાગૃત અવસ્થામાં ભોગવાયેલાં, સંકલ્પેલાં વિચારો-ક્રિયાઓ સ્વપ્નમાં સ્ફુરે છે. એટલે મનને મજબૂત બનાવી, વાસનાની ઝાટકણી કાઢી, સ્વચ્છ, શુદ્ધ અને ધવલ અંતઃકરણ બનાવી દેવું જોઇએ. મન નિર્મળ બનવાથી સ્વપ્ન બંધ થશે. જેનું મન નિર્મળ તેનું જગત નિર્મળ બને છે.

શાસ્ત્ર જણાવે છે કે સૌભરી ઋષિએ વાસનાના ભયે સમુદ્રના તળીએ ૬૦ વર્ષ સુધી તપ કરેલું પણ માછલી-માછલાનો સમાગમ જોઇ કામની સ્ફુરણા થઇ અને તે એક સાથે ૬૦ કન્યાઓ પરણ્યા. એ દૃષ્ટાન્ત શું બોધક નથી? મનમાં રહેલી ઇચ્છાઓ કેટલી વિનાશ તરફ લઇ જાય છે?

ગમે તેટલું તોફાની, અવળચંડુ અને વિષયગામી મન તમારો જો આગ્રહ અને દૃઢ નિશ્ચય હશે તો સોજું, સાદું અને નિર્મળ બનશે. તે માટેનો અભ્યાસ જોઇએ.

મનને સબળ બનાવવા નીચેના આઠ પ્રકારનાં મૈથુનનો ત્યાગ કરો: (૧) સ્મરણ: સ્ત્રીના વિચારો (૨) કિર્તન: સ્ત્રીના અંગનું વર્ણન અથવા તેના હાવભાવ કટાક્ષનું વર્ણન. (૩) કેલી: સ્ત્રીઓ સાથે હસવું અથવા દિલ્લગી કરવી. (૪) પ્રેક્ષણમ: ઇરાદાપૂર્વક જોવું, જેને વિકારવાળી દૃષ્ટિ કહી શકાય. (૫) ગુહ્ય ભાષણમ: એકાન્તમાં મળી ગુપ્ત વાતો કરવી. (૬) સંકલ્પો: સ્ત્રી સાથેના સમાગમનો નિશ્ચય. (૭) અધ્યવસાય: કેવી રીતે માશુકને મળી શકાય તેનો પરિશ્રમ-વ્યવસાય. (૮) ક્રિયાનિવૃત્તિ: સંભોગ.

અહા! જે મનને આપણે આત્મવિચાર માટે કેળવવું જોઇએ તે મંદિરમાં-મનમંદિરમાં આપણે કિલષ્ટ વિચારો અને વાસનાના મેલા પહાડો ખડકીએ તો આપણી સ્થિતિ કેવી થાય?

બાઇબલમાં એક જગ્યાએ લખ્યું છે કે 'ક્યા તુમ નહિ જાનતે કે ભગવાન કે તુમ મંદિર હો? તુમ લોગોમેં ભગવાનકી શક્તિ, જ્યોતિ બિરાજમાન હો રહી હે. યદિ કોઇ ભગવનમંદિરકો અપવિત્ર કરતા હૈ તો ઉસે ઇશ્વર વિનાશ કર દેતે હૈ, ક્યોંકિ ભગવાનકા મંદિર પવિત્ર હૈ ઔર વહ મંદિર તુમ હી હો.'

અર્થાત્ તમે પ્રથમ તમારૂં મન નિર્મળ બનાવશો એટલે સ્વપ્નાવસ્થા દૂર થશે અને વીર્યનું સંરક્ષણ થવા લાગ્યું એટલે મનોબળ વધશે.

વીર્યવાન મનુષ્ય મજબૂત મનનો હોય છે અને મન મજબૂત એ વીર્યરક્ષાની ચાવી છે.

નીચેની નોટીસ જીવનમાં ઉતારો, જરૂર અભ્યાસ કરો. ત્યારબાદ અમૂલ્ય અને સ્વપ્નદોષનિવારક ઔષધોપચાર, આપણે જ્યારે નપુંસકની ચર્ચા કરીશું તે વખતે આપીશું તે પણ ઉપયોગમાં લ્યોઃ

(૧) પુનમ, અમાવાસ્યા, ચોથ, આઠમ, બારશ, આ દિવસોની રાત્રિએ સ્વપ્નદોષ થાય છે. માટે બહુ સાવધાની રાખો.

(૨) અવિવાહિત હો તો વિવાહ કરી ઋતુગામી બનો, સ્વપ્નદોષ દૂર થશે.

(૩) સ્હવારમાં બ્રાહ્મ મુહૂર્તમાં ઉઠવાનું રાખો. ઘણું કરી સ્વપ્નદોષ ચોથા પહોરમાં થાય છે. શાસ્ત્રકારોએ '**ब्राह्म मुहूर्ते या निद्रा सायुज्य क्षयकारिणी** બતાવીને ચેતવ્યા છે. વહેલા ઉઠવાના અનેક ફાયદા છે.

(૪) રાત્રિએ કામવેગની ખબર પડે, ઇન્દ્રિયનું ઉત્થાન જણાય કે તુરત પથારીમાં બેઠા થાઓ, પેશાબ કરી આવો, થોડું જળ પી લ્યો. પ્રભુનું સ્મરણ કરો, સ્વામી રામકૃષ્ણ, વિવેકાનંદ જેવી વિભુતિઓનું સ્મરણ કરો અને ડાબા પડખે સુઇ જાઓ.

(૫) ચત્તા કદિ સુવું નહિ તેમ ઉંધા પણ સુવું નહિ. પડખાભેર સુઇ જવાની ટેવ પાડવી. ઉંઘમાં ચત્તા નહિ થઇ જવાય તેનો ખ્યાલ રાખી પડખાભેર બનવું.

(૬) રાત્રે સૂતા પહેલાં હાથપગ ઠંડા જળથી ધોઇ લ્યો, મગજ ઉપર ઠંડું પાણી છાંટો અને એક ગ્લાસ પાણીથી ગુપ્ત ભાગ ધુવો–તેના ઉપર રેડો. દિવસે પણ પેશાબ કર્યા પછી ઠંડા જળથી ગુપ્ત ભાગ ધોવાનું રાખો.

(૭) રાત્રિમાં ભોજન બહુ ઓછું કરો. મિષ્ટાન ભરપેટ આરોગી તુરત સૂઇ જનારને સ્વપ્નદોષ થાય છે અને એની ટેવવાળાને તો જરૂર થાય છે જ.

(૮) બહુ ગરમાગરમ ખોરાક નહિ ખાઓ. ખૂબ ચટપટા અને તમતમા ખોરાક છોડી સાત્ત્વિક, શીતળ અને પથ્ય ભોજન લેવાનું રાખો, ભુંસું, સેવમમરા અને ગરમાગરમ ગાંઠિયાનું સેવન છોડો.

(૯) દસ્ત સાફ આવે એવી કાળજી રાખો. દવા કરતાં ફરવા જવામાં, પ્રાતઃકાળે પાણી પીવામાં, રાત્રે દૂધ પીવામાં દસ્ત આવવાનો વિશ્વાસ રાખો. ત્રિફળાં કે હરડે સિવાય બીજી દવાઓ દસ્ત સાફ આવવા માટે નહિ લ્યો.

(૧૦) સાંજે ફરવા જાઓ અથવા વ્યાયામ કરો જેથી થાક લાગે અને મીઠી ઉંઘ આવે.

(૧૧) જો સગવડ હોય તો દરરોજ એક કલાક પાણીમાં તરવાનું રાખો. તેથી બહુ સારો લાભ થાય છે. આગળ ઋષિમુનિઓ નદીકિનારે પર્ણકુટિઓ બાંધતા અને નદીમાં સ્નાન કરતા. પાણીનો પ્રભાવ અજબ થાય છે. એવી સગવડ ન હોય તો એક કલાક પાણીના ટબમાં બેસો. પાણી ઠંડું હોવું જોઇએ.

(૧૨) સાંજે આઠ અને નવ વાગતાંની વચમાં ગોરમટી માટી પલાળી પેડુ ઉપર લુગડાના બેવડમાં મૂકી રાખો. અરધાથી એક કલાક એમ દરરોજ કરો. જુઓ મજાહ! સ્વપ્નદોષ બંધ થશે, દસ્ત સાફ આવશે, પેશાબ સાફ થશે, મજેની ઉંઘ આવશે.

(૧૩) કોઇ ગુરૂ પાસે સિદ્ધ પદ્માસન, પાદાંગુષ્ટાસન અને શિર્ષાસન શીખો અને તેવાં આસનોનો અભ્યાસ વધારો.

(૧૪) બદફેલીથી તમારા મનજીભાઇ પાછા ન વળતા હોય તો કોઇ મોટી હૉસ્પીતાલમાં ચાંદીના, કોઢના, પ્રમેહના, વિષ્ફોટકના દરદીઓ પીડાતા હોય તેને હરહમેશાં જોયા કરો કે બદફેલીનું પરિણામ કેવા રૂપમાં આવે છે તેનો ખ્યાલ આવશે.

(૧૫) ઉપરના નિયમોનો અભ્યાસ કરતા રહો. ઔષધોની જરૂર જણાય તો હવે આપવામાં આવશે એ ઔષધોમાંથી એકાદ તમારા શરીરને બંધ બેસતું બનાવી ઉપયોગ કરો. જરૂર સુખી થશો.

卐

પ્રકરણ ૩૯મું

સ્વપ્નદોષનો ઇલાજ

સ્વપ્નદોષ પુરૂષોને થાય છે તેવી જ રીતે સ્ત્રીઓને થાય છે કે નહિ? એ વિષે આજ સુધી કોઇ પણ લેખકે કે સંશોધકે પોતાના વિચારો વ્યક્ત કર્યા જોવામાં આવતા નથી, પરંતુ અમારા અનુભવે એ વાત સિદ્ધ થઇ છે કે સ્ત્રીઓને પણ સ્વપ્નદોષ જરૂર થાય છે. કામવાસનાની તૃપ્તિ પછી પુરૂષોને સ્ખલન થાય છે, તેવી જ રીતે સ્ત્રીઓને પણ સ્ખલિત થાય છે. અને એ પ્રમાણે જ્યાંસુધી સ્ખલિત ન થાય ત્યાંસુધી તૃપ્તિ અનુભવાતી નથી. માત્ર ફરક એટલો હોય છે કે પુરૂષોને સ્ખલન પછી સ્ખલિત પદાર્થ મોટા જથ્થા સાથે બહાર આવે છે જ્યારે સ્ત્રીઓને એટલો પદાર્થ બહાર નથી આવતો. તેનું કારણ ગુપ્ત ભાગના વિશાળ ગોલકમાં એ પદાર્થ ભરાઇ રહી ધીમે ધીમે સ્રાવ થાય છે. છતાં પુરૂષો કરતાં સ્ખલન સ્ત્રીઓને વહેલું થાય છે. એટલું જ નહિ પણ જ્યારે કામવાસનાની લાગણીથી તે વિહ્વળ બને છે ત્યારે ત્યારે આ પદાર્થ સ્ખલિત થાય છે અને થોડા પ્રમાણમાં કપડાં ઉપર તેનો ડાઘ લાગે છે. માત્ર અપવાદ રૂપે મજબૂત મનોબળ અને વાસનાને અંકુશમાં રાખવાની બળત્તર શક્તિસંપન્ન વ્યક્તિત્વવાળી સ્ત્રીઓ જ સ્ખલનરહીત રહી શકે છે.

પણ આજના રંગ, રાગ, પોશાક, સ્વતંત્રતા અને એકીકરણે માનસિક મંથન એટલું ઉપજાવ્યું છે કે દિવસભરમાં અનેક વખત ઉશ્કેરણી જાગે છે અને તરલ પદાર્થ સ્ખલિત થાય છે.

ગુપ્ત ભાગમાંથી, પ્રદર અને સોમરોગ નહિ હોવા છતાં પણ સ્ત્રીઓને એકાદ પદાર્થ ઝરે છે. એવા અનેક કેસોના નિરીક્ષણથી અમને તેની સાબીતી મળી છે અને તે આ માનસિક કામવ્યાપારને અથવા મન ઉપર હરહમેશાં રહેતી કામેચ્છા અથવા કામેચ્છાના કારણે ઉદ્‌ભવતા રોમાંચને જ આભારી છે. જ્યારે જાગૃતિમાં આ સ્થિતિ સ્ત્રીઓમાં જોવામાં આવે છે, ત્યારે સ્વપ્નમાં પણ મનોરાજ્ય ઉપર પિછોડી ખીછાવી રહેલી વાસના સ્વપ્નદોષ ન કરે એમ કેમ બને ? છતાં ચિકિત્સકોને આ કેસો જોવા નથી મળતા તેનું કારણ આવા કેસવાળાં સ્ત્રીદરદીઓ શરમને લીધે તેમની પાસે જલ્દી આવતાં નથી તે છે.

એક આશ્ચર્યકારક ઘટના મારા અભ્યાસકાળમાં જ્યારે હું બનારસ હતો ત્યારે બનેલી મારા જાણવામાં આવી હતીઃ રજપુતાનાના એક નાના રાજ્યમાં અણુમાનીતી રાણીની સગર્ભાવસ્થા થઇ. રાજાએ ત્યાગેલી, ભરયુવાન ઉમરની સ્ત્રીની સગર્ભાવસ્થા થઇ. એની ખબર રાજાને પડતાં ક્રોધાતુર રાજાએ તેની હત્યા કરવાને કારણે બનારસ ખસેડી. ડોકટરોએ ચોક્કસ અભિપ્રાય આપેલો કે તેના પેટમાં કોઇ રોગ નહિ પણ ગર્ભ જ છે. દૈવવશાત્ ફરી નિર્ણય માટે અમારા ગુરૂશ્રી જે એક સમર્થ વૈદ્ય હતા તેમની પાસે તે બાઇને લાવવામાં આવી. બાઇની મુખાકૃતિ અને નિર્દોષ ચ્હેરો કહી આપતો હતો કે આ બાઇ કોઇ પણ સંજોગોમાં કુકર્મ કરે જ નહિ. છતાં તેની ભારે નાડીનું વહન ગર્ભ હોવાની સાબિતી આપતું હતું. ત્યારે આ બન્યું કેમ ?

બાઇને અમારા સ્થાને બે ત્રણ દિવસ રાખવામાં આવી અને તેને વિશ્વાસમાં લેવાથી જાણવાને મળ્યું કે પાંચેક મહિના ઉપર એક

રાત્રિના સમયે સ્વપ્ન અવસ્થામાં પોતાના પતિએ જાણે બહુ માનસર પોતાને સ્વીકારી છે અને સંસારસુખ પોતે ભોગવી રહી છે તથા એનાથી તૃપ્તિ પણ અનુભવી છે એવું તેને લાગ્યું. ત્યારથી તેનું રજોદર્શન બંધ થયું અને પ્રગટ ચિહ્નો જણાવા લાગ્યાં. સ્વતૃપ્તિથી પુરૂષબીજ સિવાય ગર્ભોત્પત્તિ સંભવે ખરી ? જરૂર, પરંતુ એ ગર્ભ સ્વાભાવિક નહિ હોતાં માંસની થેલી સરીખો મૂઢ ગર્ભ રહે છે. અને એ વાતનો નિર્ણય કરી તેના પતિને બોલાવીને સમજાવવામાં આવ્યો કે પ્રસૂતિકાળ સુધી બાઇને રહેવા દેવી. જો સ્વાભાવિક બાળક અવતરે તો તેને તમારી ઇચ્છા મુજબ શિક્ષા કરવાની છૂટ છે. પણ જો સ્વપ્નમાં રહેલો કામુક ગર્ભ હોય તો બાઇને માફી આપવી.

સત્ય એ ત્રિકાળાબાધિત સત્ય જ રહે છે. દસમા મહિને તેને પ્રસવ થયો અને જેને હાથ, પગ, આદિ ઇંદ્રિયો નહિ તેવો ગર્ભપ્રસવ જોઇ રાજાને રાણીની સચ્ચાઇ અને ગુરૂશ્રીના નિદાન ઉપર શ્રદ્ધા બેઠી. તેણે રાણીને માફી આપી, એટલું જ નહિ પરંતુ તેને પોતાની સાચી પત્ની બનાવી.

આ એક સત્ય ઘટના છે. છતાં આ વિષય કામવિજ્ઞાનનો હોઇ અહીં તેને વધારે નહિ છેડતાં વાત્સ્યાયનનું કામસૂત્ર અને તેના ઉપરથી અન્ય વિદ્વાનોએ લખેલા કામવિજ્ઞાનના ગ્રંથો વાંચી જવાની આવા વિષયમાં રસ લેતા વાચકોને ભલામણ કરવામાં આવે છે. અમે તો માત્ર એટલું જ કહેવા ઇચ્છીએ છીએ કે સ્વપ્નદોષ સ્ત્રીઓને થાય છે અને ચોક્કસ પ્રમાણમાં થાય છે. એટલે એ વર્ગને પણ આ દોષથી બચવાની આવશ્યકતા તો છે જ.

ધીમે ધીમે સ્ત્રીઓમાં દાખલ થતા અવનવાં કપડાંના પહેરવેશ પણ કામેચ્છાને ઉશ્કેરનારા, સ્ખલનને ઉત્તેજન આપનારા બનતા જાય છે. પોતાના શરીર ઉપર તો તેની અસર જરૂર પડે છે જ, પરંતુ જોનારાઓને પણ એ અસરકારક નીવડે છે. શરીરનાં અમુક કોમળ અંગો ઉપર અસ્વાભાવિક થતાં દબાણો, અમુક જગ્યા ઉપર અત્યંત

બારીક વસ્ત્રો, ઢાંકવા લાયક અંગો ઉપર ટુંકા પહેરવેશો, આદિએ આવા દોષોને વેગ આપ્યો છે, તે તટસ્થ દષ્ટિથી જોનારને જણાયા વગર નહિ રહે.

વારૂ, સ્વપ્નદોષ નાબૂદ કરવા માટે અમે અગાઉ કેટલાંક યોગનાં આસનો, નિયમો અને બાહ્ય ઉપચારો બતાવી ગયા છીએ. એ પુરૂષો માટે ઉપયોગી છે તેટલા જ સદરહુ નિયમો સ્ત્રીઓને માટે પણ જરૂરી છે. હવે અહીં વૈદિક ઉપચારો બતાવીએ છીએ. પણ સાથે એટલું ચોક્કસ સમજી રાખવું જોઇએ કે જ્યાંસુધી સંયમ-પૂર્વક મનોવ્યાપારને કબજે કરવામાં ન આવે, ઉત્તેજીત ખોરાકો અને દવાઓ છોડવામાં ન આવે, ત્યાંસુધી સ્વપ્નદોષ તદ્દન નાબૂદ થવો અસંભવિત છે. એટલે પ્રથમ તો રહેણીકરણી સુધારી, પછી ઉપ-ચારો કામે લગાડવા કે જેથી નવાણું નહિ પણ સોએ સો ટકા ફાયદો થશે, વીર્યરક્ષા થવા લાગશે અને જીવનમાં અનેરો આનંદ ઉદ્‌ભવશે.

૧ રસાયન ચુર્ણ

ગળો તો. ૫, માળવી ગોખરૂ તો. ૫, આંબળાં તો. ૫, આ ત્રણે વસ્તુને સરખા વજને લઇ તેને ખાંડીને વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી લેવું.

આ ઔષધને રસાયન ચૂર્ણ કહેવામાં આવે છે. દેખીતી રીતે ત્રણ સાધારણ વસ્તુનું બનેલું આ ચૂર્ણ મામુલી જેવું લાગે છે. છતાં તેમાં અજબ જેવી શક્તિ છે. ગળો પિત્તશામક અને શીતવીર્ય તથા પૌષ્ટિક છે. ગોખરૂ ધાતુવર્ધક, વીર્યાશયના દોષને જીતનાર, પેસાબમાં જતા પદાર્થોને બંધ કરનાર અને વીર્યને ઘટ્ટ કરનાર છે. આંબળાં પણ શીતવીર્ય, રસાયન ગુણવાળાં, ઉષ્ણતાને નાબૂદ કરનાર, વ્યવસ્થા-પક અને ઉત્તમ દ્રવ્ય છે. ત્રણે વસ્તુ મળીને વીર્યમાં રહેલી ગરમાઇ દૂર કરે છે. તેની સાથે લોહીની ઉષ્ણતાને પણ તે બિલકુલ નાબૂદ કરે છે.

જેનું વીર્ય તદ્દન પાતળું બની ગયું છે, પેસાબની પાછળ કે તેની સાથે જાય છે. સંકલ્પે કિંવા સ્પર્શ માત્રથી એકદમ સ્હેજ સ્રાવ થઇ

જાય છે. એવા દરદીઓને ગરમ ધાતુવર્ધક ઉત્તેજીત દવાઓ માફક નથી આવતી. તેથી કામોત્તેજના વધીને વધારે ઉશ્કેરાટ થાય છે, જાગૃતિ વધારે લાવે છે, જેથી વીર્ય ઓછું થવા લાગે છે. જેમણે ધાતુ વધારવાને ખાતર ઝેરકચુલા, સોમલ, હરતાલ, લોહ જેવા પદાર્થો ખાઇ શરીરને તાવી નાંખ્યું છે કે જેમને થયેલ પ્રમેહ તથા ઉપદંશના કારણે શરીર અને ધાતુઓ તવાઇ ગયેલ છે, તેમણે બીજી ભારે દવાઓના મોહ છોડી દઇ, ચંદ્રોદય અને કસ્તુરી નાંખેલી દવાઓની વાતો બાજુ પર મૂકી, બે ત્રણ મહિના નિયમિત બેબે આનીભાર સ્હવાર સાંજ આ ચૂર્ણ દૂધ અથવા પાણી સાથે શરૂ કરવું. અને તામસી આહાર, તેલ, અત્યંત મરચાં, અથાણાં અને મસાલેદાર ખોરાકનો ત્યાગ કરી, નિયમસર વર્તન રાખવાથી સ્વપ્નદોષ દૂર થઇ, કોઇ પણ જગ્યાએથી જતી ધાતુ બંધ થશે. અને સંપૂર્ણ સ્વપ્નદોષ થતો બંધ થાય ત્યારપછી શરીરમાં ધાતુની વૃદ્ધિ માટે તથા શક્તિ ભરવા માટે નીચેનું ચૂર્ણ વાપરવું.

મુશલ્યાદિ ચૂર્ણ

ધોળી મુસળી તો. ૫, કાળી મુસળી તો. ૧, ગોખરૂ તો. ૧, સતાવરી તો. ૧, કવચાં તો. ૧, સુંઠ તો. ૧. ધોળાં મરી તો. ૧, પીપર તો. ૧, બળબીજ તો. ૧, સમુદ્રશોષનાં બીજ તો. ૧, કેસર તો. ૦॥, તજ તો. ૦।, જાવંત્રી તો. ૦॥, જાયફળ તો. ૦॥, શીલાજીત તો. ૨, પ્રવાલ ભસ્મ તો. ૧.

ઉપરની સઘળી વસ્તુને સાફ કરી, ખાંડવા જેવી વસ્તુને ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરી, તેમાં શીલાજીત વગેરે વસ્તુ મેળવી ચૂર્ણ તૈયાર કરવું. દરરોજ સ્હવારસાંજ બબે આનીભાર મધમાં ચાટવું. ઉપર ગરમ કરી, અંદર એલચી સાકર નાંખેલું દૂધ પીવું. ગરમ ઉત્તેજીત અને મસાલેદાર ખોરાક છોડવો.

પંદર દિવસના સેવનથી સ્વપ્નદોષ બંધ થશે, જતી ધાતુ અટકી જવા લાગી, શરીરમાં રહેવા લાગશે, શક્તિ વધશે અને પાતળાપણું

નાબૂદ થઇ, સ્ફૂર્તિ આવવા લાગશે. લાગટ ત્રણ મહિનાના સેવનથી ફરી ધાતુ સંબંધી રેાગ ઉદ્દભવશે નહિ, જો નિયમમાં રહી વર્તન કરશે તેા જ.

બાદશાહી ચૂર્ણ :

કેરબેા તેા. ૨, પરવાળા તેા. ૨, સાચાં મેાતી તેા. ૧, મુગલાઇ બેદાણા તેા. ૧, મેાચરસ તેા. ૨, વાંસકપુર તેા. ૧, કેસર તેા. ૧, પીપર તેા. ૧, સુંઠ તેા. ૧, મરી તેા. ૧, જાયફળ તેા. ૧, મેાટાં ગેાખરૂ તેા. ૨, ધેાળી મુસળી તેા. ૨, એલચી તેા. ૧, ઉંટગણુ બીજ તેા. ૧, જુંદબેદસ્ત તેા. ૨, રૂપાના વરખ નંગ ૫૦, સેાનાના વરખ નંગ ૧૫, કસ્તુરી તેા. ૦।, અંબર તેા. ૦।.

બનાવટ :

પ્રથમની ત્રણ વસ્તુને સારી, સ્વચ્છ, કાંકરી ના ઉખડે તેવી, પાકી ખરલમાં નાંખી સારા ગુલાબજળમાં સાત દિવસ સુધી લાગટ ઘુંટવી. ખૂટતું ગુલાબજળ નવું ઉમેરતાં જવું. બાદ બાકીની વસ્તુનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું, જેમાંથી સેાના–રૂપાના વરખ અને કસ્તુરી તથા અંબર જુદાં રાખવાં. ત્યારબાદ બધી વસ્તુ એકત્ર કરી, તેમાં વરખ નાંખી, કસ્તુરી અંબર વગેરે મેળવી, એક દિવસ બરાબર ઘુંટી રાખી મૂકવું.

જેમને સ્વપ્નદેાષ તેા વધારે થતેા નથી પણ વીર્ય પાતળું થઇ ગયું છે, તેમજ શરીરમાં કામશક્તિ અને વાસના એાછી થઇ ગઇ હેાય છે અને સંભેાગની શરૂઆતમાં કે વાર્તાલાપથી થેાડી પાણી જેવી પાતળી ધાતુનેા સ્રાવ થઇ જાય છે અને ત્યારપછી નબળાઇ જણાય છે અથવા સંભેાગની મધ્યમાં શિથિલતા અનુભવે છે. તેવાએા માટે આ ચૂર્ણ ઘણું સરસ અને અકસીર કામ કરે છે. તે વીર્યને બાંધે છે, ટકાવે છે અને નિર્બળતાનેા નાશ કરે છે, છતાં શરીરને ઉશ્કેરતું નથી.

મુસલ્યાદિ ચૂર્ણથી આ જરા મોંઘું છે, છતાં ગુણમાં પણ તેના કરતાં એટલું જ ચઢીયાતું છે. માત્ર ફરક એટલો છે કે મુસલ્યાદિ વીર્ય બાંધવામાં અને ઘટ્ટ કરવામાં શક્તિશાળી છે; જ્યારે બાદશાહી ચૂર્ણ એ બે ગુણ ઉપરાંત જાગૃતિ લાવી, સંભોગશક્તિને વધારે છે, અને સ્વપ્નદોષને જરૂર નાબૂદ કરે છે.

૪ આમલકયાદિ રસાયન:

લીલાં આંબળાં એક શેર લાવી, ફોલી, તેમાંથી ઠળીયા કાઢી નાંખવા. બાદ તેને ખરલમાં નાંખી, દરરોજ બીજાં લીલાં આંબળાંનો રસ કાઢી, તેમાં નાંખી ઘુંટવું. દરરોજ એ પ્રમાણે રસ નાંખતાં જવો અને ઘુંટતા જવું. ૪૦ દિવસમાં ૪૦ રતલ બીજાં આંબળાંનો રસ પાઇ દેવો. કોરૂં પડે એટલે ચૂર્ણ બનાવી ભરી રાખવું.

બંગ ભસ્મ (કલાઇની ખાખ)

ખાસ મેંદીમાં મારેલી વૈદ્યકીય રીતથી તૈયાર કરવી.

(તેને બનાવવાની રીત પુસ્તકની પાછળ પરિશિષ્ટમાં આપીશું.)

દરરોજ બે આનીભાર આમલક્યાદિ રસાયન અને ત્રણ રતી બંગભસ્મ મેળવી મધ અથવા મલાઇ સાથે દિવસમાં બે ત્રણ વખત ચાટવું.

બંગ (કલાઇ)ની સીધી અસર ધાતુસ્થાન ઉપર થાય છે. ગામડી એક કહેવત છે કે 'ઘોડાને તંગ અને પુરૂષને બંગ.' આ બંગ ભસ્મ પ્રમેહ અને પ્રમેહજનિત ધાતુનિર્બળતા ઉપર ચોક્કસ અસરકારક કામ કરે છે. સાથે આમલક્યાદિ રસાયન મેળવવાથી ગુણમાં ઔર વૃદ્ધિ થાય છે, અને એની અસર માત્ર ક્ષણિક નહિ પણ કાયમી તથા સચોટ બને છે.

૫ સ્તંભન ગુટિકા:

કંકોલ તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, અક્કલકરો તો. ૧, કેસર તો. ૧, પીંપર તો. ૧, જાયફળ તો. ૧, જાવંત્રી તો. ૧, ભાંગ તો ૧,

સુખડનો વહેર તો. ૧, રૂમી મસ્તકી તો. ૧, અફીણ તો. ૧, એખરો તો. ૧, ઉંટગણનાં બીજ તો. ૧, તજ તો. ૧.

પ્રથમ સઘળી વસ્તુ ખાંડી, વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી, પછી અફીણનો કસુંબો કરી, તેમાં બધી વસ્તુઓ મેળવી, સારી રીતે ખરલ કરી ચણા જેવડી ગોળી વાળી, બાટલી ભરવી.

સ્હવાર સાંજ એકેક ગોળી ઘી અને સાકર સાથે મેળવી ચાટી જવી. ઉપર દૂધ પીવું, ખટાશ બંધ કરવી.

આ ગોળીમાં અફીણ અને ભાંગ આવે છે, એટલે ગોળી સ્તંભન માટે અર્થાત્ વીર્યને રોકવા માટે અજબ કામ કરે છે. હાથ પગનું કળતર નાબૂદ કરવાનો, સ્વપ્નદોષ બંધ કરવાનો અને કોઇ પણ જગ્યાએથી જતી ધાતુ અટકાવવાનો એમાં ખાસ ગુણ છે. રાત્રિનો ખોરાક બંધ કરી, સંભોગ અગાઉ બે ગોળી દૂધ સાથે લેવાથી ટકાવનો ટાઇમ બે ત્રણગણો વધારી આપે છે. છતાં આ ગોળીનું બંધાણ ન થઇ જાય તેમજ તેનાથી દુરૂપયોગ શરૂ ન થાય તેનો ખ્યાલ રાખવો ઘટે. ઘી અને દૂધ જેવી અમૃત સમાન વસ્તુનો પણ અતિ ઉપયોગ દુર્ગુણ નીપજાવે છે, તો આવી ગોળી નુકસાન કરે એ તો દેખીતી વાત છે. માત્ર વ્યાધિના કારણે તે અમૃત સરખું કામ કરે છે. બજારૂ સ્તંભન શક્તિની દવાઓ આવી જ જાતની વેચાય છે અને તે બહુ મોંઘી કીંમતે મળે છે એટલે એકાદ નુસખો અમે પણ અહીં લખી આપી, સ્વપ્નદોષ અને ટકાવની ખામીવાળા માટે જ ભેટ કરેલ છે. પેટંટ કરી લોકોનાં નાણાં ખેંચવા માટે તો નહિ જ.

આ સિવાય કૌચા, મુશળી, સમુદ્રશોષનાં બીજ, બહુફળી, તાલીમખાના (એખરો), સાલમ વગેરે વનસ્પતિઓ એકેક પણ ધાતુસ્થાન સુધારવામાં, સ્વપ્નદોષ બંધ કરવામાં સારૂં કામ કરે છે. કોઇ પણ એકાદ ઉપરની વનસ્પતિનું બે આનીભાર ચૂર્ણ દૂધ સાથે લાગઠ એક બે મહિના લેવાથી મનમાન્યો ગુણ આપે છે. ધીરજ, શ્રદ્ધા અને સંયમથી ઔષધો ગુણ વિશેષ કરે એ નિર્વિવાદ વાત છે.

卐

પ્રકરણ ૪૦મું
નપુંસકતા

આજે જ્યારે હું મારી લેખિની ઉઠાવીને નપુંસકતા, નામર્દીનો વિષય લખવા બેસું છું ત્યારે મારો હાથ થરથર કંપવા લાગે છે, હૃદય ધ્રૂજે છે અને વીશવીશ વરસના અનુભવથી રંગાયેલું મન સમાજના જીવન ઉપર ફરી વળે છે ત્યારે હાલનો સ્ત્રી અને પુરૂષવર્ગ તથા યુવાન અને યુવતિસમૂહ, ચિકિત્સકો અને દવાઓ વેચનાર, ધાતુ ગુમાવનાર અને ધડાકાબંધ ધાતુને વધારી આપનારનાં દશ્યો સીનેમાની ફિલ્મની માફક મૂગા સંદેશા આપતાં, એક પછી એક ફરી વળી મનને ડહોળી નાંખે છે.

શું હું યુવાન યુવતીઓનાં ચારિત્ર ઉપર રોદણાં રોઉં કે આજના સુધારાને નિંદું? હવસખોરીને વખોડું કે બ્રહ્મચર્યના વખાણ કરૂં? વીર્યરક્ષાની મહત્તા બતાવું કે પતનની પરાકાષ્ટા ઉપર દૃષ્ટિ દોડાવું? મારી હૃદયવેદના કોણ પિછાની શકશે? કોને પડી છે જગતના કલ્યાણની? આંખમાં કમળો હોય તેને સઘળે પીળું ભાસે. તેમ હું ચિકિત્સક હોઇ મને શું દરેકમાં દોષ જોવાની ટેવ પડી ગઇ હશે? નથી સમજાતું આ હૃદયમંથન. સેંકડો યુવાનો, નહિ હજારો યુવાનોના હાથ ઝાલી, નાડીના સ્પંદ તપાસતાં મને ધાતુની નિર્બળતા કેમ ભાસે છે? અને જ્યારે હું અભિપ્રાય આપું કે તમને ધાતુની નિર્બળતા છે ત્યારે કોઇ વીર એવો કેમ નથી મળતો કે મારા કથનનો સ્પષ્ટ ઇન્કાર કરે? એ બદલે તો આજે ચારે દિશાએથી લીફાફા ઉપર ખાનગી શબ્દ કોતરાઇ, યુવાનીની શરૂઆતે નોતરેલા વિનાશના પંથ અને તે પછી પ્રાપ્ત થયેલી પાયમાલીના લખાણવાળી ફરિયાદો ઢગલાબંધ નજરે સામે પડી છે, અને હું વાચું છું એમની કાકલુદીભરી વાણી—ફરી મર્દ બનવાની મહત્ત્વકાંક્ષા અને જીવન જીવવાને માગતી ભીખ! મારા જેવા લાગણીવશ હૃદયવાળાને

એથી થતી હૃદયવેદનાને લીધે આંખમાંથી બે અશ્રુબિંદુઓ, નહિ રક્તબિંદુઓ સરી પડે છે.

ઓ પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા! મારા હિન્દનાં સંતાનોને તું સુખી કર. ક્યાં હું બે ભુજાવાળો અલ્પ પ્રાણી, ક્યાં વિશાળ માનવસમુદાય અને તેમની પતન-પરાકાષ્ટા! પડતાને પાટુ મારનાર, લુંટાયાને લુંટનાર-નોટીસબાજી (જાહેર ખબર) થી નિર્બળ બનતા સમુદાયનું રક્ષણ કર. તારી ચેતનામય ચિનગારીની, આત્મામાં રહેલા પરમાત્મા, એક વખત તું સ્ફુરણા આપી દે, ચેતાવી દે કે ઓ ઉછરતા યુવાન! ઓ ઇશ્વરી બગીચાના ખીલતા ગુલાબ! તું નપુંસક નથી, તું નપુંસક બન્યો છે-તને બનાવ્યો છે, તને ભ્રમણા જાગી છે, વહેમ છે, તું રખે વહેમાતો કે નપુંસક છે! જન્મના નપુંસકો જુદા હોય છે અને તે મર્દ બનતા નથી. તું તો સંપૂર્ણ મર્દ છે, તારામાં પૂર્ણ પુરૂષાતન છે, કેવળ સિંહનો બાળક બકરાના ટોળામાં રહેવાથી પોતાને બકરો માની બેસે, તેમ આજે હિમાલયના પહાડમાં પેદા થયેલા ગુરૂના ચેલાઓ, જાપાન, ચીન, અને જર્મનીની શોધોથી માતબર બનેલાઓ, ધાતુની દવાઓના કહેવાતા નિષ્ણાતો દુનિયાનું ભલું કરવા, અનુભવસિદ્ધ મહાન નુસખાઓ જાહેર પ્રજાને ખુલ્લા દીલે આપી દઇ, એવા પરોપકાર કરનારાઓએ પોતાનાં પડઘમો એટલાં જોરથી બજાવવા માંડયાં છે કે તું પુરૂષાતનવાળો છે કે નપું-સક છે-તેની સંભ્રમણામાં તને મુકી દીધો છે, અને તને ખોટા પુરૂ-ષાતનની ભુખ જાગે છે-જગવી છે. તને એમ લાગે છે કે 'એક ગોળી ખાઇ હું લાલ બુંદ જેવો બનું! સાત પડીકાં ખાઇ અનેક વખત સ્ત્રીસંગ કરૂં, અને એ દવા એવી હોય કે પાંચ શેર ઘી તથા પંદર શેર દુધ પચાવે! પુરૂષાતનની એવી પાંખો ફુટે કે આકાશમાં ઉડયો ન સમાઉં અને પાતાળમાં પેઠો પણ ન સમાઉં!'

કૃપા કરજો, પ્રિય વાચકબંધુઓ! કોઇ પણ કરડી આંખ કરી મારી સામે જોશો નહિ. જે લખી રહ્યો છું તે કલ્પનાની સૃષ્ટિ નથી, ભારોભાર સચ્ચાઇભરી આંતરવેદના છે.

ત્યારે શું માણસ નપુંસક નથી બનતો ? જરૂર બને છે. ખાડો ખોદનાર ન પડે તો શું થાય ? સટ્ટો ખેલનાર દેવાળું ન કાઢે તો શું કરે ? એમ ઈંદ્રિયોને બહેકાવી મૂકી, સંયમના મર્મને ન સમજે, ધારણાશક્તિને ન કેળવે અને આડા માર્ગે જાય, ત્યારે નપુંસકતા પ્રાપ્ત થાય એ બનવા જોગ છે. પરંતુ એવી રીતે આવેલી નપુંસકતા દૂર પણ થઈ શકે છે. માત્ર સાચો રાહ હોવો જોઈએ. શાસ્ત્રોમાં નિર્દેશ કરેલા નપુંસકોના પ્રકાર અતિ વિચિત્ર છે અને એવા નપુંસકોના પ્રકારનાં કામશાસ્ત્રમાં વર્ણન કરેલાં પણ જોવામાં આવે છે, તેવી રીતે અનુભવેલા પણ છે. નાસાયોની, મુખયોની, ગુદગામી જેવા નપુંસકો સુધરવા કઠણ હોય છે. કારણ કે તેઓ જન્મના આ દોષ લઈ અવતરેલા હોઈ તેમના ઉપર કરેલી મહેનત બરબાદ જાય છે. એટલે એ વિષયને પડતો મૂકી, હાલના સમયની સ્થિતિ ઉપર વિચારણા કરતાં ચૌદ પ્રકારે નપુંસક જોવામાં આવે છે;

(૧) અવસ્થાને કારણે. (૨) મસ્તક ઉપર માર પડવાથી, (૩) વહેમ–ભ્રમથી, (૪) શારીરિક દુર્બળતાથી, (૫) શરીરના ફુલવાથી, (૬) અતિ મૈથુન, (૭) અતિ સંયમ, (૮) વીર્યની ખરાબી (૯) પ્રમેહજનિત, (૧૦) સ્વપ્નદોષથી, (૧૧) શીઘ્રપતન, (૧૨) ભોગ સમયે સ્ખલિત નહિ થવાથી, (૧૩) ધાતુવર્ધક દવાઓથી, (૧૪) સુસ્ત ઇંદ્રિય.

(૧) અવસ્થાને કારણે

૫૦ વર્ષ પછી શરીરનાં અવયવો ઘસાઈ જવા પામેલાં હોય છે. વહેવારિક અનેક ઉપાધિઓ, વિડંબણાઓ અને પૂર્વ કાળમાં ભોગવેલા ભોગવિલાસો એ બધું મનુષ્યને વૃદ્ધાવસ્થામાં શિથિલ અથવા કામશક્તિ રહિત બનાવવામાં કારણભૂત હોય છે. ઉપરાંત વીર્યઉત્પાદક અવયવો પણ ઢીલાં પડી જવાથી પૂર્વની માફક ધાતુઓ (રસરક્તાદિ) સારી રીતે બનાવી શકતાં નથી. એથી ધીમે ધીમે કામશક્તિ નાબૂદ થતી

જાય છે, અને લગભગ નપુંસક જેવી કેટલાકની સ્થિતિ હોય છે. અપવાદ રૂપે ઘણાને આ અવસ્થાએ પણ કામવાસના સતાવતી જોવામાં આવે છે.

(૨) મસ્તક ઉપર લાઠીનો માર:

આથી પણ જ્ઞાનતંતુઓ ઉપર કેટલીક વખત ખરાબ અસર પેદા થાય છે, જેને લઇને અંડકોષ અને ગુહ્ય ભાગ દુર્બલ થઇ જવાથી નપુંસકતા આવી જાય છે. મસ્તકની માફક બરડાની કરોડ ઉપર પણ ચોટ લાગવાથી આવું પરિણામ આવે છે.

(૩) ભ્રમ–વહેમથી

કારણવશાત્ કોઇ વખત શરીરમાં સાધારણ નિર્બળતા જણાઇ આવવાથી કે ઉત્થાનની જરાક ખામીને લઇ પોતાને નપુંસકતા આવવા લાગી છે અથવા આવી ગઇ છે એવી કલ્પના કરી વિચારમાં પડી જાય છે અને પછી હરહમેશ નિર્બળતાના વિચારો સેવ્યા કરે છે, દવાઓની શોધમાં ફરે છે, નપુંસકતા, નિર્બળતાનાં કેવાં પરિણામ આવે છે, એની દિલ ધડકાવનારી જાહેર ખબરો, ધાતુપુષ્ટિની દવાઓ વેચનાર તરફથી પ્રગટ થયેલાં પુસ્તકો વાંચે છે, તેમ તેમ મગજમાં વહેમનું ભુંસું વધુ ને વધુ ભરાતું જઇ, ખરેખર પોતે નપુંસક બની ગયો છે એમ માને છે, અને વહેમ–શંકા રાખે છે. 'હું સ્ત્રી પાસે જઇશ અને મારી નિર્બળતા જણાઇ જશે તો?' આ એક જાતના વહેમમાંથી ભય પેદા થાય છે અને એનું પરિણામ એ આવે છે કે જ્યારે જ્યારે એ સ્ત્રી પાસે જાય છે ત્યારે ત્યારે તેનું હૃદય જોરથી ધડકવા લાગે છે અને ઇંદ્રિયની જાગૃતિ થતી નથી. વિપરીત અવસ્થામાં ઇંદ્રિય સંપૂર્ણ જાગૃત થાય છે, એટલું જ નહિ પણ સ્ત્રીના સંકલ્પથી રાત્રે પથારીમાં અને અન્ય અવસ્થામાં જાગૃતિ પ્રાપ્ત થાય છે, પરંતુ સ્ત્રી સમીપે જતાં નપુંસક બને છે. આ વ્યાધિવાળો ખરી રીતે નપુંસક હોતો નથી. માત્ર તેનું મન નિર્બળ અને હૃદય કમજોર બનેલું હોય છે.

આવા વ્યાધિવાળા આજે હજારો જોવામાં આવે છે. કેટલાક પોતાની સ્ત્રીથી સંભોગ કરી શકે છે, પણ અન્ય સ્થળે નપુંસક બને છે; જ્યારે કેટલાક પોતાની જ સ્ત્રી પાસે નપુંસક રહે છે. કેટલાક કિસ્સા એવા બને છે કે પ્રથમ પરણેતર સ્ત્રી પાસે પહેલી રાત્રિએ સમાગમમાં જાય છે, કલ્પેલા ભયનાં મોજાં મગજ અને હૃદય ઉપર ફરી વળે છે, સ્ત્રીનો વાણીકટાક્ષ સાંભળે છે અને કાળજામાં ભયંકર આગ લાગી શરમિંદો બને છે અને ત્યારપછી દીલ એવું સંકોડાય છે કે એ સદા માટે પોતાની સ્ત્રી પાસે નાલાયક બની રહે છે.

હમણાં જ એક ગામડાના એક ખેડુ યુવાનનો મારી પાસે કેસ આવેલો. જવાંમર્દ, હૃષ્ટપુષ્ટ શરીર, અંતરાવયવોમાં કોઇ પણ જાતની ખોડ નહિ, વીર્યની ન્યૂનતા નહિ, ઉત્થાનની ખામી નહિ, છતાં તે સ્ત્રી પાસે જઇ પડખાભેર સૂઇ રહે. મહિનાઓ વીત્યા, વાત બહાર પડી અને પુરૂષ નપુંસક હોવાની વાતો ચાલી ! એનો પિતા એને મારી પાસે લઇ આવ્યો. શરીરમાં કોઇ ઔષધની જરૂર નહોતી. જરૂર હતી માત્ર શરમ તોડાવવાની. એ માટે પ્રયત્નો કર્યા અને સફળતા સાંપડી.

(૪) શારીરિક દુર્બળતા :

જ્યારે રસ આદિ ધાતુઓ નિર્બળ બને છે અને ખોરાકમાંથી અનુક્રમે જે રસ-રક્તાદિ બનવાં જોઇએ તે બનતાં નથી ત્યારે શરીર દુર્બળ થવા લાગે છે અને એને કારણે પણ નપુંસકતા કોઇ વખત આવી જાય છે.

(૫) શરીરના ફુલવાથી :

શરીરનું વજન જ્યાંસુધી પ્રમાણુસર હોય છે—અને એ પણ લોહીવૃદ્ધિને અંગે હોય છે, ત્યાંસુધી શરીરમાં કોઇ પણ જાતની વિક્રિયા થતી નથી; પણ જ્યારે મેદ વધવા લાગી તે હદ ઉપર જાય છે અને પેટ તથા જાંગો અત્યંત ફુલી જાય છે ત્યારે ગુહ્ય ભાગ

શીથીલ બનતો જાય છે અને સંકોચાતો જાય છે, કામવાસના મંદ પડતી જઈ નપુંસકતા આવે છે. સ્ત્રીઓ જ્યારે આવી રીતે ફુલે છે ત્યારે તેઓ વંધ્યા (વાંઝણી) બને છે અને તેને બાલી જવાનો રોગ કહે છે.

(૬) અતિ મૈથુન:

સ્ત્રીસમાગમ પ્રમાણુસર થતો હોય છે તો તેની શરીર ઉપર કોઈ વિરૂદ્ધ અસર થતી નથી, પણ હદ બહાર જ્યારે સંભોગ કરવામાં આવે છે અથવા એક રાત્રિમાં પાંચ દશ વખત સ્ત્રીસંગ કરવામાં પોતાની મર્દાનગી સમજે છે કે બડાઈ બતાવે છે, તેનું પરિણામે સત્યાનાશ નિકળે છે; અને પછી તેવાને ધાતુક્ષય થઈ નપુંસકતા આવે છે. લેખકને એક લક્ષાધિપતિ મળેલો, જે દરરોજ દશ વખત સ્ત્રીસંગ કરી શકે તેવી દવા માગતો હતો! તેના બદલામાં ચાહે તેટલી રકમ આપવા પોતાની ખુશી જણાવેલી. કારણ કે પોતાને ત્રણ સ્ત્રીઓ હતી, એકાદ બે રખાતો અને થોડીક વેશ્યાઓ હતી. તેમને દિંગ બનાવવાની ખાહેશ ધરાવનાર એ મોજીલો માણસ હતો! શરીરની શી સ્થિતિ થશે એની તેને પડી નહોતી. ઘણું દોડે તે થોડાને માટે. **अति सर्वत्र वर्जयेत् ।**

(૭) અતિ સંયમ

પ્રમાણુસિદ્ધ વાત છે કે વીર્યથી જ ઉત્તેજના થાય છે. વીર્ય અંડકોષમાં રક્તમાંથી બને છે અને અંડકોષમાં રક્ત તો જ આવે છે (વીર્ય બનવા માટે) કે જ્યારે મનુષ્યની વૃત્તિ વિષય સન્મુખ હોય છે. પરંતુ જ્યારે મનુષ્ય અત્યંત સંયમી બનીને અનંતકાળ સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળે છે એટલે તેની ઉત્તેજના ધીમે ધીમે જતી રહી નપુંસકતા આવે છે.

માત્ર ફરક એ હોય છે કે આવા નપુંસકો મહાન તેજસ્વી હોય છે. તેમનું વીર્ય ઉર્ધ્વ બને છે. અર્થાત્ એ પુરૂષો ઉર્ધ્વરેતા હોય

છે. તેમનું વીર્ય લોહી સાથે મળી જઇ ઓજસ્ પ્રગટે છે. ઘણા સંત પુરૂષોને આપણે મહાન તેજસ્વી જોઇ શકીએ છીએ. તે આ પ્રમાણે વીર્ય શરીરમાં પચી જવાના કારણે હોય છે.

(૮) વીર્યની ખરાબી

કુમળી વયમાં કે ફુટતી જુવાનીમાં કુસંગતિથી, હસ્તદોષ—માસ્ટરબેશન કે સૃષ્ટિક્રમ નિયમ વિરૂદ્ધના કૃત્યમાં ઘણા જુવાનો પડી જાય છે અને વીર્ય નાબૂદ કરે છે. તેની સાથે ગુપ્ત ભાગની નસો કમજોર બને છે, વીર્ય ઉત્પન્ન કરનારા અંડો કમતાકાત થઇ જાય છે, નસો તુટી જાય છે અને નપુંસક બને છે, છતાં તે કુટેવને છોડી શકતા નથી. કેટલાક દાખલાઓમાં જોવા મળ્યું છે કે ભર યુવાન પત્ની સામે હોવા છતાં હસ્તમૈથુનથી જ પોતે મોજ માણે છે! પરિણામ બહુ દુઃખરૂપ આવે છે. શરીર ઉપર, મન ઉપર, મગજ ઉપર અને આંખો ઉપર એ કુટેવની બહુ બૂરી અસર થાય છે. તેનો ચહેરો અને આંખો તેની કુટેવની સાક્ષી આપે છે. પોતાના કૃત્યથી પસ્તાય છે, છતાં છુટી શકતો નથી. છુટવાને વલખાં મારે છે છતાં ખુંચતો જાય છે. તેના મનની નિર્બળતા એટલી હદ ઓળંગી જાય છે કે કોઇ પણ ઉપાયે તે કાબૂ રાખી શકતો નથી. જીવતા છતાં પ્રેતયોની ભોગવનાર આવા દરદીઓ અત્યારે ઘણા જોવામાં આવે છે. અને આજના મળી આવતા નપુંસકોમાં પંચોતેર ટકા તો આ રીતે જાણીને જ નપુંસક બનેલા હોય છે.

(૯) પ્રમેહજનિત :

અગાઉનાં પ્રકરણોમાં પ્રમેહના વિષયમાં આ માટે સ્વતંત્ર રીતે વિસ્તૃત ચર્ચા કરી છે તે જોઇ હશે.

(૧૦) સ્વપ્નદોષ :

ગત પ્રકરણમાં જ તે વિષે સ્વતંત્ર ચર્ચા કરવામાં આવી છે, તે તમે એક વાર પુનઃ ધ્યાનપૂર્વક વાંચી જાઓ.

(૧૧) શીઘ્ર પતન

વીર્યમાં એટલી ઉષ્મા ઉત્પન્ન થઇ હોય છે કે જાગૃતિની સાથે વીર્ય સ્ખલિત થઇ જાય છે. કેટલાક કેસોમાં સ્ત્રીના હાવભાવ, સ્પર્શ કે દર્શન માત્રથી પાતળી પાણી જેવી ધાતુ સ્રવી જઇ, ઇંદ્રિય કમજોર બને છે, અને કેટલાક કેસોમાં સમાગમની શરૂઆતમાં જ સ્ખલિત થાય છે અને કમજોર બને છે. પરિણામ એ આવે છે કે એથી સ્ત્રી અસંતુષ્ટ રહે છે, તેને તૃપ્તિ થતી નથી, અને તેની ખરાબ અસર તેના જ્ઞાનતંતુઓ ઉપર પણ થાય છે. સ્ત્રીઓમાં થતા હીસ્ટીરીયાના કેસો કેટલાક આના કારણે જોવામાં આવે છે.

(૧૨) ભોગ સમયે સ્ખલિત નહિ થવાથી:

પોતાની બહાદુરી બતાવવાની ખાતર અથવા અત્યંત જલદ, વીર્ય રૂકાવટ કરનાર પદાર્થ ખાવાને કારણે કે સ્ત્રીને ગર્ભ રહી જશે તેથી ડરના કારણે ભોગ ભોગવવા છતાં વીર્ય સ્ખલિત થવાનો વખત આવે ત્યારે રૂકાવટ કરી લેવાથી પણ ઘણીવાર નપુંસકતા આવી જાય છે.

(૧૩) ધાતુવર્ધક દવાઓથી:

અફીણ, ભાંગ, ગાંજો, ચરસ, તમાકુ, શરાબ, સીગારેટ, કોકેન જેમાં પડેલાં છે તેવી દવાઓ પ્રથમ બળવાન બનવા માટે ખાવી શરૂ કરે છે. ક્ષણિક ઉત્તેજના તેનાથી વરતાય છે અને એટલે જ વધારે મેદાને પડે છે. પછી તો કૃત્રિમ શક્તિ ઓછી થાય છે તેની સાથે મૂળની સ્થાયી શક્તિ પણ નાબુદ થાય છે. પરિણામે એ માણસ નપુંસક બને છે. કોકેન ખાઇ વેશ્યાઓમાં મસ્ત રહેતા આખલા ભમતા ઘણા જોયા છે! અને પાછળથી રૌ રૌ નરકના દુઃખે પીડાતા તથા કૃતકર્મોની માફી માગતા, તોબાહ પોકારતા પણ એ જ ભાઇઓને નજરોનજર અમે જોયા છે.

(૧૪) સુસ્ત ઇંદ્રિય :

શરીરમાં વીર્ય હોવા છતાં પણ ઇંદ્રિયની નસો તુટી જવાથી કામશક્તિ નાબૂદ થાય છે અને ભોગ ભોગવી શકાતો નથી. લગભગ આઠમી બાબતને મળતો આ નપુંસક હોય છે.

ઉપર જણાવેલા ચૌદ પ્રકારના નપુંસકો સુધરી શકે છે, સારા બની શકે છે અને પોતાની જીંદગી એક સાચા મર્દ મનુષ્ય તરીકે પુનઃ ગુજારી શકે છે. પરંતુ તેમનું જેટલું અધઃપતન વધારે, જેટલી ખરાબી વધારે, તેટલી ધીરજ પણ વધારે રાખી, શાસ્ત્રીય ઉપચારો, યોગ્ય સારવાર, સંયમ, શાંતિ અને હિમ્મત રાખવાની જરૂર હોય છે. જગતમાં કોઇ પણ દવા એવી નથી કે જે બધી પ્રકૃતિવાળાને, બધાં જ કારણોએ બનેલા નપુંસકોને માફક આવી, ફરી ઘડીના છઠ્ઠા ભાગમાં સારા બનાવી શકે! કોઇ યોગી, મહાત્મા કે સિદ્ધ પુરૂષનો નુસખો એવો છે જ નહિ. તપ–યોગ–સિદ્ધિ છોડી નપુંસકોને સારા કરવા તેઓ કાંઇ નવરા નથી બેઠા; અને નવરા હોય તો પણ એકની પ્રકૃતિને એ ઔષધ માફક આવે છે તો બીજાને વિરૂદ્ધ પડે છે! એક શીતવીર્ય હોવા છતાં નપુંસક હોય છે, જેનું હૃદય કમજોર અને મન ભયગ્રસ્ત બન્યું હોય; બીજો ઉષ્ણવીર્ય અને તવાઇ ગયેલો હોય અને નપુંસક હોય.

એટલે અમે અમારી છાતીમાં જેટલી શક્તિ ભરી છે, અવાજમાં જેટલું જોર છે, બાહુમાં જેટલી હિમ્મત છે, તેટલી હિમ્મતે છાતી ઠોકીને કહીએ છીએ કે સાચા અને વહેમી નપુંસકો! તમે સારા થવા માટે દવાઓ ખાતા પહેલાં ખૂબ વિચાર કરી, પછી જ અંધ અનુકરણ કરજો.

ચૌદ પ્રકારના નપુંસકો અમે આગળ વર્ણવ્યા છે. છતાં દવાઓ માટે અમોએ તેની ત્રણ વર્ગમાં વહેંચણી કરી નાંખી છે, અને જુદી જુદી પ્રકૃતિવાળાને સચોટ અસર કરે, ખામી દૂર થાય, નપું-

સકત્વ નાશ પામી, પૂર્ણ પુરૂષાતન પ્રગટે એવાં ખાવાનાં ઔષધો, લગાવવાના તીલ્લાઓ, શેકની પોટલીઓ અને પટ્ટીઓ જે અમારા હાથથી હજારો મનુષ્ય ઉપર અજમાવેલી છે, પૂર્ણ ફતેહમંદ નીવડી છે, સચોટ અસરકારક છે, છતાં નુકસાન નથી કરતી. એવી સઘળી બનાવટો કોઇ પણ ગુરૂભેદ રાખ્યા સિવાય, અગડંબગડં નામભેદ રાખ્યા સિવાય, સાચા સ્વરૂપમાં બતાવી દઇશું. વાચક જાતે જ તે બનાવી, તેનો લાભ લઇ, સુખી થાય. વિદ્યા તો આપવાથી વૃદ્ધિ પામે છે. મારામાં ભરેલી શક્તિ હું જનસમાજ સમક્ષ મૂકી, કૃતકાર્ય બનું છું એ પણ મારૂં સદ્‌ભાગ્ય છે.

卐

પ્રકરણ ૪૧મું

નપુંસકતાના ઉપાય

પુરૂષ જ્યારે નપુંસક બનતો જાય છે, ત્યારે તેના શરીરનાં ઉપરનાં અવયવો ઉપર જેમ અસર જણાય છે તેમ તેની ધાતુ (વીર્ય) પણ સત્ત્વ વિનાની થતી જાય છે. વિજ્ઞાનની શોધ ઉપરથી જણાય છે કે વીર્ય એ ત્રણ પ્રકારના પદાર્થથી બનેલું છે: (૧) પુરૂષની ગોળી (વૃષણ)માં ઉત્પન્ન થતો પદાર્થ, (૨) પાણી જેવો પાતળો પ્રવાહી 'વેસીકલ્સ'માંથી નીકળી ભેગો મળે છે. અને (૩) તેલ જેવો પદાર્થ ઘટ્ટ અને પ્રવાહી 'પોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસ'માંથી નીકળી ભેગો મળે છે. આ ત્રણે પદાર્થની મીલાવટથી પુરૂષની ધાતુ બનેલી છે. એ ધાતુમાં ગર્ભોત્પાદક જીવાણુ (સ્પેર્મેન્ટોઝુવા) રહેલા છે, જે સ્ત્રીના રજ સાથે મળીને ગર્ભ ઉત્પન્ન કરે છે. જ્યારે નપુંસકતા આવતી જાય છે ત્યારે આ ત્રણે સ્થાનો નિર્બળ બનતાં જઇ દરેક પદાર્થો ખામી ભરેલા પેદા થાય છે અથવા તો થતા બંધ થાય છે અને તેમાં રહેલાં જીવાણુંઓ પણ એટલાં જ નબળાં બને છે.

એટલે આવા પુરૂષોના સહવાસથી સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરી શકતી નથી, છતાં પણ વાંઝીયાપણાનો દોષ ઘણોખરો સ્ત્રી ઉપર ઢોળવામાં આવે છે! 'પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસ' માંહેનો રસ ધાતુની સાથે મળતાં ધાતુ માંહેલા જીવનતંતુ (સ્પર્મેન્ટોઝુવા) તુરત જ તેજીમાં આવે છે અને તેથી તેમની હીલચાલ વધી જાય છે. જો સૂક્ષ્મદર્શકયંત્ર વડે જોયું હોય તો એ સ્પર્મેન્ટોઝુવાની હીલચાલની ગતિ અતિશય વધી ગયેલી જણાય છે. એથી સાબીત થાય છે કે 'પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસ'ના રસની અંદર 'સ્પર્મેન્ટોઝુવા'ને નવું જીવન આપવાનો ખાસ ગુણ સમાયેલો છે.

જ્યારે વીર્યની ખરાબી થાય છે ત્યારે પુરૂષના આ ગ્લેન્ડસ બીલકુલ નબળા બની જઇ રસ પેદા કરતા નથી. અને એને લઇને વીર્યમાં રહેલા સ્પર્મેન્ટોઝુવા પણ તદ્દન નબળા રહે છે અને શક્તિ વિનાના, ગર્ભઉત્પાદક શક્તિથી રહીત બને છે. વીર્યમાં ગર્ભ ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિ ઉપરાંત પણ મહાન ગુણ સમાયો છે. પૂર્વ કાળમાં તો પુરૂષના વીર્યનો ઉપયોગ ઔષધી તરીકે આર્ય અને અનાર્ય પ્રદેશમાં થતો હતો. ઓસ્ટ્રેલીયામાં જંગલી લોકો મરણકાંઠે પડેલાને પુરૂષનું વીર્ય ખાવામાં આપી સજીવન કરતા. અઢારમી સદીમાં યુરોપના વિદ્વાન તબીબો વીર્યને દવા તરીકે આપવાની હિમાયત કરતા અને પોતાનાં પ્રિસ્ક્રીપ્શનોમાં લખાવટ પણ કરી ગયા જણાય છે. ગ્રીસના અને ઇરાનના તબીબો શરીરને તાકાત, જુસ્સો અને જોર આપનાર દવાઓમાં વીર્યને પહેલું સ્થાન આપતા જણાય છે. પૂર્વની આ બધી વાતો અને માહિતી ઉપર પડદો નાંખીએ તો પણ અત્યારે ચોક્કસ જણાઇ આવે છે કે અપૂર્ણ ખીલવટવાળી, સુકાયેલી અને નબળી દુબળી કન્યાઓ ગૃહિણી થયા પછી પુરૂષના સહવાસથી ફેરફાર ધારણ કરી, પૂર્ણ ખીલવટ ધારણ કરે છે અને યુવાનીની ટોચે ચઢે છે, તેનું કારણ છે પુરૂષનું વીર્ય અને તેમાં રહેલા ચમ-

ત્કારિક ગુણો. વીર્ય ગુપ્ત ભાગમાં પડયા પછી સ્ત્રીશરીર તેની અંદરનો કેટલોક ભાગ શોષણ કરે છે, પચાવે છે અને એમાંથી શરીરનું નવસર્જન થાય છે. અપવાદરૂપે ઘણી કન્યાઓ લગ્ન થયા પછી નંખાઇ જઇ, શરીરે નીચોવાઇ, નિર્બળ અને દુર્બળ બને છે. તે હોય છે પુરૂષના વીર્યના દોષનું પરિણામ અથવા પુરૂષે લગ્ન પહેલાં સંગ્રહી રાખેલા પ્રમેહ–ઉપદંશજનિત પરમાણુઓની ભેટ !

આટલા સ્પષ્ટિકરણનો હેતુ એ છે કે નપુંસક સ્થિતિને સુધરવા ઇચ્છવા ચિકિત્સકોએ પ્રથમ નિર્ણય કરી લેવો પડે છે કે શરીરના કયા અવયવ ઉપર ખરાબ અસર થઇ છે? અને એ નિર્ણય કર્યા પહેલાં ઉપચાર કરવા લાગી જાય છે તો કેટલીક વખત લાભને બદલે હાની થાય છે. હવે બધી જાતના નપુંસકોની અમે નીચેના ત્રણ વર્ગમાં વહેંચણી કરી છે: એ વર્ગને નજર સામે રાખી પ્રયોગો બતાવીશું કે જેથી તેનો ઉપયોગ કરનારને વધારે અનુકૂળ થઇ પડે.

અ આ વર્ગે કોઇ પણ જાતની કુટેવ કીધેલી હોતી નથી, પણ તેના હૃદયની નિર્બળતા હોય છે અને જેને માનસિક નપુંસક વર્ગમાં ગણવામાં આવે છે. શરીરની બાજી ધાતુઓ પુષ્ટ હોવા છતાં વીર્યમાં નબળાઇ હોય છે અથવા વીર્યનું ઘટ્ટત્વ ઓછું હોય છે. આ વર્ગના દરદીને કામોત્તેજક ઉષ્ણવીર્ય દવાઓની જરૂર હોય છે.

બ આ વર્ગમાં પ્રમેહ, ઉપદંશ, અને કુટેવવાળા દરદીઓનો સમાવેશ થાય છે. અતિ સ્ત્રીસંગ પછી, હસ્તમૈથુન પછી કે દુરાચાર પછી શિથિલતા આવી ગઇ હોય છે, વીર્ય પાતળું પડી ગયું હોય છે, ગુપ્ત ભાગની નસો તુટી ગઇ હોય છે. એ બધો વર્ગ આ એકમાં સમાવેશ પામે છે. તેમને શીતવીર્ય ઔષધોનો તથા પાછળથી ઉષ્ણવીર્ય ઔષધોનો અને તેની સાથે નસો ઉપર તીલો શેક, પટ્ટી વગેરે ઔષધોનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર છે.

क આ વર્ગ તદ્દન છેલ્લે પાટલે બેઠેલો વર્ગ છે. જેમની રહી સહી તાકાત દવાઓએ–ઉષ્ણ દવાઓએ નાબૂદ કરી નાંખી હોય છે. એટલું જ નહિ પણ નપુંસકતાની સાથે શરીરમાં ઝીણો તાવ, મગજ ઉપર બોજો, હીસ્ટીરીયા, આંખની ઝાંખ, પાચનશક્તિની ખામી, વાઇ આવવી, વગેરે અનંત વ્યાધિથી ઘેરાયેલો રહે છે. જરા ગરમ દવા આપવાથી મગજ ઉપર ગરમાઇ વધી જાય છે. શરીરમાં વીર્ય રહી જ શકતું નથી. પાણીની માફક તે હમેશાં સ્વપ્નમાં, પેશાબમાં કપડામાં વહ્યા કરે છે. અર્ધઘેલા જેવા અથવા ધાતુક્ષય અનુભવતા આ દરદીની ચિકિત્સા તો બહુ અનુભવી, જ્ઞાનવાન, ધીરજવાળો, દયાળુ વૈદ્ય જ કરી શકે છે. આવી સ્થિતિ હોવાને લીધે વીર્યની ધારણાશક્તિનું એનામાં દેવાળું હોય છે.

अ વર્ગ માટે

ઉપાય નં. ૧

પૂર્ણ ચંદ્રોદય તો. ૧, સોનાના વરખ તો. ૦lll, કસ્તુરી તો. ૦ll, લોબાનનાં ફુલ તો. ૧, જુંદબેદસ્ત તો. ૪, ફોસફરસ તો. $\frac{1}{2}$, કેસર તો. ૦ll.

નાગરવેલનાં પાન એકસોનો રસ નાંખી, ઘુંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી. સ્હવારમાં બબે ગોળી ગળી, ઉપર સાકર, એલચી નાંખેલું દુધ પીવું, એક મહિનો લાગટ સેવન કરવું. ખટાશ બીલકુલ ખાવી નહિ. નપુંસકતા દૂર થઇ સંપૂર્ણ પાવરફુલ શક્તિ આપે છે.

ઉપાય નં. ૨

કાળાઝાડ તો. ૧, ષડકચુરો તો. ૧, એલચી તો. ૧, દરૂનજ અકબરી તો. ૧, બમન લાલ તો. ૧, બમન સફેદ તો. ૧, લવીંગ તો. ૧, તમાલપત્ર તો. ૧, પીંપર તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, રૂપાના વરખ નંગ ૧૦૦, સોનાના વરખ નં. ૫૦. કસ્તુરી તો. ૦l, જુંદબેદસ્ત તો. ૪.

દરેક વસ્તુને ખાંડી, કુટી, મેળવી, ચણીબોર જેવડી ગોળી વાળવી, સવાર સાંજ એકથી બે ગોળી મધ સાથે ચાટી, ઉપર દૂધ પીવું. એક મહિનો સેવન કરવાથી કામશક્તિ વૃદ્ધિ પામી, ગુપ્ત ભાગને મજબૂત બનાવી, વીર્યને ઘટ્ટ કરે છે. ઉત્તમ અને અનુભવેલી ચીજ છે.

ઉપાય નં. ૩

ધોળી મૂશળી, કૌચા, મદમસ્ત, બમન લાલ, બાલછડા, એલચી, લવીંગ, ધોળાં મરી, જાયફળ, અગર, સતાવરી, સમુદ્રશોષનાં બીજ, બમન સફેદ, પડકચુરો, તમાલપત્ર, પીપર, જાવંત્રી, અક્કલકરો, કેસર એ દરેક વસ્તુ એકેક તોલો.

બરાસ તો. ૨, શુદ્ધ ભાંગ તો. ૪, પ્રવાલભસ્મ તો. ૨. શીલાજીત તો. ૨, જુંદબેદસ્ત તો. ૩, લોહભસ્મ તો. ૨, રસસિંદુર તો. ૨, ચાંદીના વરખ નં. ૨૦૦, સોનાના વરખ નં. ૧૦૦, કસ્તુરી તો. ૦॥, અમ્બર તો. ૦॥. એમાંથી ખાંડવા જેવી વસ્તુ ખાંડી, પછી બધી વસ્તુને ભેગી કરી તેમાં કાળી દ્રાક્ષ એની અંદરનાં બીજ કાઢી નાંખીને એટલી મેળવવી કે ગોળી વળી શકે. તેની અંદર જરૂર જણાય તો થોડું મધ પણ નાંખવું અને ચણાના દાણા જેટલી ગોળી વાળી ભરી રાખવી. બબ્બે ગોળી સ્હવાર સાંજ દુધ સાથે.

નપુંસકતા દૂર કરનાર, હૃદયને મજબૂતી આપનારી ચમત્કારી દવા છે. વીર્ય નબળું પડવાથી સંતાન થતાં ન હોય અથવા વૃદ્ધાવસ્થામાં બાળકની ખાતર નવી સ્ત્રી પરણ્યા હોય, જાગૃતિની ખામી હોય અથવા નપુંસકતા જણાતી હોય તેમને માટે આ ઉપાય ઘણો સારો છે.

ઉપાય નં. ૪

પુર્ણ ચંદ્રોદય તો. ૪, અભ્રકભસ્મ તો. ૧, સાચા મોતીની પીષ્ટિ તો. ૧, માણેક પીષ્ટિ તો. ૧. પન્ના પીષ્ટિ તો. ૧, કાન્તલોહભસ્મ તો. ૧, ચાંદીની ભસ્મ તો. ૧, સુવર્ણ ભસ્મ તો. ૧, તુલસી દળનાં બીજ તો. ૪, સમુદ્રશોષનાં બીજ તો. ૪, કસ્તુરી તો. ૦I, અંબર તો. ૦I.

ત્રણ દિવસ ગુલાબજળમાં અને ત્રણ દિવસ કેવડાના પાણીમાં ઘુંટી મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળી, ઉપર સોનાના વરખ ચઢાવી, બાટલી ભરવી. સવાર સાંજ બબ્બે ગોળી દુધ સાથે લેવી.

માનસિક નપુંસકતા, ઉત્થાનની ખામી, પાતળાપણું, સ્તભંન, શક્તિની નિર્બળતા, હૃદયને થડકો, સ્ત્રી પાસે જતાં ગભરાટ, વગેરે દૂર કરી, ખરૂં પુરૂષાતન આપનાર, આયુષ્ય વધારનાર, સાતે ધાતુને સજીવન બનાવનાર આ અમૂલ્ય ફળદાતા પ્રયોગ છે.

ब વર્ગના માટે

ઉપાય નં. ૧

ગોખરૂ શેર ૦।, એખરો તો. ૨, સામરનો કંદ તો. ૫, ધોળી મુસળી તો. ૫, કાળી મુસળી તો. ૨, મોચરસ તો. ૨, કવચાં તો. ૫, ઉટગણનાં બીજ તો. ૨, જાયફળ તો. ૧, જાવંત્રી તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, મરી તો. ૧, અકલકરો તો. ૧, લવિંગ તો. ૧, એલચી તો. ૧, ચીનીકબાવા તો. ૧, ભાંગ શેકેલી શુદ્ધ તો. ૫, બદામનો મગજ તો. ૨૦, શીંગોડા તો. ૨૦.

પ્રથમ બદામનાં ફોતરાં કાઢી, બદામને વાટી ઘીમાં શેકવી. તેવી જ રીતે શીંગોડાને ખાંડી ભૂકો કરી, બાદ મસાલો એકત્ર કરી, ત્રણ શેર સાકરની ચાસણી કરી એકત્ર મેળવવું. દરરોજ સવારમાં તો. ૫ ખાઇને ઉપર દુધ પીવું. એક મહીનો આ પાક લીધા પછી 'अ' વર્ગમાં બતાવેલા ઉપાય ત્રણની ગોળીનું સેવન કરવું.

તેમ જ નીચે બતાવવામાં આવશે એ તીલ્લાની માલીસ કરવાથી ગમે તે કારણે આવેલી નપુંસકતા નાબૂદ થાય છે. શરીરમાં બળ, વીર્ય, શક્તિ, સ્ફુર્તિ અને સ્મરણશકિતનો વધારો થઇ, સંસારસુખમાં આનંદ આવે છે.

ઉપાય નં. ૨

ભુરૂં કોળું (સારૂં પાકું) શેર દશનું લઇ તેના કકડા કરી, તેમાંથી બી કાડી નાંખી, છીણીથી છીની નાંખી, કપડા વતી નીચોવવું. સાર-

બાદ એ કોળાને છીણી નાંખેલું હોય તેમાં ઘી શેર ૨ નાંખી, લાલ બદામ રંગનું થાય ત્યાં સુધી શેકવું. પછી કોળાને નીચોવતાં જે પાણી નીકળ્યું હોય તેને ગાળી તેમાં સાકર શેર ૫ નાંખી, ચાસણી કરવી. પછી તેમાં નીચેની વસ્તુઓ ખાંડી, ચાળી, મેળવવી, તેમ જ કોળાનું ખમણ પણ મેળવી દેવું.

સુંઠ, મરી, પીંપર, જીરૂ, ધાણા, તજ, તમાલપત્ર, એલચી, પીંપરીમૂળ, આંબળાં, શાહજીરૂ, એ દરેક વસ્તુ બબ્બે વાલ મેળવી પાક તૈયાર કરવો.

સવારમાં પાંચ તોલા ખાઇ ઉપર દૂધ પીવું. તેલ, મરચાં, ગરમ ખોરાકને ત્યાગવો. એક મહિનો બહાબર સેવન કરવાથી વીર્ય ઠંડું થઇ જઇ, ગમે ત્યાંથી જતું અટકશે, વીર્ય રહેવા લાગશે અને શરીરમાં શીતળતા આવ્યા પછી નીચેની ગોળી પુરૂષાતન વધારવા અને જાગૃતિ લાવવા વાપરવી :

ઉપાય નં. ૩

શુદ્ધ ઝેરકોચલાં	તો. ૩
દશ મણ ડુંગળી પાયેલો હીંગળોક ...	તો. ૪
જાયફળ	તો. ૨॥
જાવંત્રી	તો. ૨॥
સમુદ્રશોષનાં બીજ	તો. ૨॥
યોહીંબીન (અંગ્રેજી દવા છે) ડ્રામ ...	૦॥
ફોસફરસ	તો. ૦।
એ. ડેમીયાના (અંગ્રેજી દવા)	તો. ૧।
સોનાના વરખ	તો. ૦।
કસ્તુરી	તો. ૦।
ભીમસેની બરાસ	તો. ૨॥
અંબર	તો. ૦।

સઘળી વસ્તુ વિધિપુરઃસર મેળવી ચણાના દાણા જેવડી ગોળીઓ વાળવી. સ્હવાર સાંજ એકેક ગોળી દૂધ સાથે આપવી. આઠ દિવસ પછી બબ્બે ગોળી એક મહિનો લાગઠ આપવાથી ગમે તેવો નપુંસક, નસો તૂટી ગયેલો પણ સંપૂર્ણ મરદાનગી દાખવે છે. સ્ત્રીઓ પાસે માનભંગ થયેલ અને સંસારથી નાસીપાસ થઇ આત્મહત્યા કરવા તૈયાર થયેલાને પણ આ નુસખો ચૈતન્ય પ્રગટાવે છે. પરંતુ ભલામણ એ છે કે પ્રથમ ઉપર બતાવેલો પ્રયોગ થોડા દિવસ શરૂ કરી, વીર્યને ઘટ્ટ બનાવ્યા પછી આ ગોળીનો ઉપયોગ કરવો અને સાથે તિલ્લો માલીસ કરવો.

પોટલી ૧

આંબા હળદર, હાથી દાંતનો ભુકો, માલકાંકણી, ખોરૂં નાળીએર, એ ચારે ચીજ એકેક તોલો લઇ, ખાંડી, કુટી સાત પોટલી બનાવવી.

બાદ રાત્રે એક લોઢાની તવીમાં ગાડરનું દુધ શેર ૦। ગરમ મૂકી અંદર એ પોટલી મૂકવી અને ઇંદ્રિયના મૂળ ભાગ ઉપર ધીમે ધીમે વારાફરતી પોટલી લઇ શેક કરવો. પાંચથી વીશ મીનીટ શેક કરવો. દરરોજ એક પોટલી કાઢી નાંખી એક નવી લેવી. આ પ્રમાણે સાત દિવસ શેક કરવો. પોટલીનો શેક થઇ રહ્યા બાદ નીચે આપવામાં આવશે તેમાંથી એકાદ તીલ્લો લગાવી સૂઇ જવું.

પોટલી ૨

કપાસીયાનાં બીજ, માલકાંકણી, નેપાળાનાં બીજ, સફેદ ચણોઠી, સફેદ કરેણની છાલ, જુંજબેદસ્ત, લાલ ચણોઠી, એરંડાનાં બીજ, બીરબોટી, ખરાતીન, હડતાલ.

દરેક વસ્તુ સરખા વજને લઇ સાત પોટલી બનાવો. ઉપર પ્રમાણે ગુપ્ત ભાગની ઉપર શેક કરવો, અને નીચે આપવામાં આવશે એ તીલ્લો માલીસ કરવો. પંદર દિવસ ઉપયોગ કરવો. ખાવામાં ઉપર બતાવેલા એકાદ પ્રયોગની શરૂઆત કરવી.

પટ્ટી

સારી જાતનું મલમલનું કોરૂં કપડું એક ગજ લેવું. તેને ગરમ પાણીથી સારી રીતે ધોઇને તેમાંથી ખેળ કાઢી નાંખવી. પછી તેને સુકવીને આકડાના પાનના રસમાં બોળીને છાંયે સુકવવું. ત્યારપછી તે કપડાને આકડાના દુધમાં પલાળી છાંયે સુકવવું. એ પ્રમાણે અગીઆર વાર તે કપડાને આકડાના દુધમાં બોળી સુકવવું. તે પછી તેમાંથી ગુપ્ત ભાગની આસપાસ વીંટાઇ રહે એવડો કકડો કાતરી લઇ એક તવીમાં થોડું ઘી નાંખી, તે ગરમ થાય એટલે પેલો કકડો પાથરી તળાવા દેવો. ધીમે ધીમે જરા રતાશ પડતો થાય ત્યાંસુધી ફેરવ્યા કરવો. પછી કાઢી લઇ ઠંડો પડે એટલે ગુપ્ત ભાગની આસપાસ લગાડી, ઉપર બીજો પાટો બાંધવો. આ પ્રમાણે રાત્રે પટ્ટી મારી સવારે કાઢી નાંખવી અને સાબુથી એ ભાગને ધોઇ નાંખવો. દરરોજ નવો કકડો કાપી, પટ્ટી મારવી. આ પ્રમાણે સાત, ચૌદ, કે એકવીશ દિવસ કરવાથી વક્રતા આવી હોય, નસો તુટી ગઇ હોય અથવા અલ્પ જાગૃતિ થઇ પાછી શીથીલતા આવતી હોય અથવા હસ્તમૈથુનથી જેણે નસોને બગાડી નાંખી હોય અથવા ટુંકા-પણું કે પાતળાપણું આવ્યું હોય તેમને માટે ઘણું સારૂં કામ કરે છે. પટ્ટી ચાલતી હોય ત્યારે ખાવામાં ઉપર બતાવેલી દવાનો ઉપ-યોગ કરવો અને દરમ્યાન ગુપ્ત ભાગ ઉપર ફોલ્લીઓ ઉઠે તો એ દિવસ પટ્ટી વચમાં બંધ કરી ધોયેલું ઘી અથવા માખણ લગાવવું. ફોલ્લી બેસી ગયે પટ્ટી ચાલુ કરવી.

તીલ્લો નં. ૧

આમલસારો ગંધક તો. ૬૦, કાળા તલ તો. ૧૦, માલકાંકણી તો. ૬, લવીંગ તો. ૫, પીંપર તો. ૫, વછનાગ તો. ૨, કુક્કરની ચરબી તો. ૫, ખાંખણુ તો. ૧૦, ખાંડવા જેવી વસ્તુ ખાંડી, સર્વ મેળવી પાતાળયંત્રથી ચુવો પાડવો.

આ ચુવામાંથી ગુપ્ત ભાગ ઉપર દરરોજ રાત્રે માલીસ કરી ઉપર નાગરવેલનું પાન બાંધવાથી નસો તાકાતવાળી થઇ પુષ્ટિ, વૃદ્ધિ, અને પુરૂષાતન આપે છે. સાથે ખાવાની દવાનો ઉપયોગ કરવો.

તીલ્લાં નં. ૨

ગાયનું ઘી તો. ૧૦, બીરબોટી તો. ૫, ધતુરાનાં બીજ તો. ૨ાા, વછનાગ તો. ૨ાા, જાયફળ તો. ૨ાા, હડતાલ તો. ૨ાા, ગંધક આમલસારો તો. ૨ાા, ધોળી કરેણના મૂળની છાલ તો. ૨ાા, લવીંગ તો. ૨ાા, સોમલ પીળો તો. ૨ાા, વનવાગળની ચરબી તો. ૧૦, સાંઢાની ચરબી તો. ૧૦. બધી વસ્તુને એક કપડા ઉપર પાથરવી. અને તેનો કાકડો વાળી એક છેડેથી પકડી, સળગાવી, ઉંધું ઝાલી રાખી, એક કાચના પ્યાલામાં તેલ ટપકવા દેવું. જે ટપકેલું એકત્ર થાય તેને શીશીમાં ભરી માલીસમાં ઉપયોગ કરવો. સાત દિવસ અને વધારે ૨૧ દિવસ માલીસ કરવાથી પૂર્ણ જાગૃતિ થાય છે, તુટેલી નસો સંધાય છે અને ખીલવટ મળે છે.

તીલ્લો નં. ૩

માલકાંકણી, જાયફળ, જાવંત્રી, કેસર, મરી, પીપર, સુંઠ, કાળો વછનાગ, સફેદ વછનાગ, ધતુરાનાં બીજ, અજમો, લવીંગ સંખીયો-સોમલ, હરતાલ, મનશીલ, ગંધક, પીળો સોમલ, રાતો સોમલ, એ દરેક વસ્તુ બબ્બે આનીભાર.

વાઘની ચરબી તો. ૧૦, સિંહની ચરબી તો. ૧૦, ડુક્કરની ચરબી તો. ૧૦, ખાંખણ તો. ૧૦, થુવરનું દૂધ તો. ૨૦, આકડાનું દૂધ તો. ૨૦, ત્રણધારા થુવરનું દૂધ તો. ૨૦, ઘેટીનું દૂધ તો. ૨૦.

ખાંડવા જેવી વસ્તુ ખાંડી, ત્રણ દિવસ બધું ઘુંટી, પાતાળ-યંત્રથી ચુવો પાડવો.

ગુપ્ત ભાગ ઉપર માલીસ કરી રાત્રે ઉપર નાગરવેલનું પાન બાંધવું. આ દીલ્હીના હકીમોનો ચમત્કારિક તીલ્લો છે. નસોને સાંધી મજબૂત બનાવે છે, ગુણ અતિશય છે. છતાં માલીસ દરમ્યાન ફોલ્લી જેવું લાગે તો બંધ કરી, ધોયેલું ઘી અથવા માખણ લગાવવું. ખાવામાં ઉપરની એકાદ દવા શરૂ કરવી. નપુંસકતા માટે સરસ ઉપાય છે.

ઉપરના બધા ઉપાયો અમારા અજમાવેલા છે. અંદરની ચીજો બમન લાલ, બમન સફેદ જેવી નહિ સમજાય તેવી છે, એ બધી હકીમી ચીજો છે અને ગાંધી લોકોને ત્યાં સહેલાઇથી મળી શકે છે. તીલ્લો, પટ્ટી, શેક વગેરે ચીજો, હાથરસથી ગુપ્ત ભાગ જાૂટ્ટો કરી નાંખ્યો હોય, પાતળાપણું આવી ગયું હોય, ઉત્થાનની ખામી હોય તેઓને માટે ઘણી ઉપયોગી છે. ધ્યાન રાખી ઉપયોગમાં લેવાથી સદ્ય ફળ આપશે.

卐

પ્રકરણ ૪૨મું

ધાતુક્ષય

આપણે નપુંસકતાના ત્રણ પ્રકારો પૈકી अ વર્ગ અને ब વર્ગના નપુંસકો વિષે વિવેચન અને ચર્ચા ઉપરાંત સિદ્ધ પ્રયોગો જોઇ ગયા છીએ. હવે ત્રીજો क વર્ગ, જે છેલ્લો વર્ગ છે, જેનું ધાતુસ્થાન નાશ પામી ઉત્તરોત્તર મજ્જા, માંસ, સ્નાયુ સુધી જેની અસર આવી પહોંચી હોય છે, જેને લોકોમાં ધાતુક્ષયનો દરદી ગણવામાં આવે છે તેનો વિચાર કરીએ.

વર્તમાન કાળમાં ક્ષયના નામે ભય વધી રહ્યો છે. લાખ્ખો રૂપીઆના ધૂમાડા ક્ષય નાબૂદ કરવા—વિદેશી યંત્રો દ્વારા ક્ષયને અટકાવવા થાય

છે, ફૂંક ઉથરાવાય છે અને ધૂમાડામાં હોમાય છે, છતાં હજુ છેક એટલી ઘડી સુધી ક્ષયને નાબૂદ કરવા માટે કોઇ પ્રમાણુસિદ્ધ સોએ સો ટકા ફળીભૂત ઉપાય સાંપડયો નથી અને ક્ષયનું સંપૂર્ણ નિદાન પણ કરી શકે એવો કોઇ વિદેશી પદ્ધતિમાં પાકયો નથી. બધાએ નિષ્ણાતો જાતભાતના અખતરા અજમાવે છે. એ અખતરામાં માનવશરીરો હોમાય છે, અને અખતરાબાજો તો સાબુથી હાથ ધોઇ, રૂમાલથી કોરા કરી, પાટલુનના ખીસામાં નાંખી વિચારે છે કે ક્ષય એટલે શું?

આયુર્વેદશાસ્ત્ર લાંબા વિચાર પછી ટુંકાણમાં ક્ષયના બે પ્રકાર બતાવે છે: **અનુલોમ ક્ષય અને પ્રતિલોમ ક્ષય.**

(1) અનુલોમ ક્ષય

જે માણસ અપાનવાયુ, મૂત્ર તથા મળના વેગને રોકે છે, વધારે પડતા, બીનજરૂરી અપવાસ કરે છે, પોતાના કરતાં વધારે બળવાન માણસથી કુસ્તી કરે છે, વખત બે વખત થોડું ઘણું ખાય છે, અત્યંત ઇર્ષ્યા, સુસ્તી, ગ્લાનીમય રહે છે, તેથી ત્રણે દોષો વિકારયુક્ત થઇ ક્ષય રોગ ઉત્પન્ન કરે છે.

એટલે કે તેનો વાયુ વિકારવાળો થઇ જઠરાગ્નિને બગાડી, જઠરાગ્નિમાં રહેલા ક્લેદન કફ અને પાચકપિત્તને વિકારયુક્ત કરી શરીરને પોષણતત્ત્વ પહોંચાડી શકતો નથી. એટલે પિત્તના સ્થાનમાં પિત્તનો અને કફના સ્થાનમાં કફનો હીનયોગ થવાથી, વાયુના સ્થાનમાં વાયુનો અતિયોગ થાય છે, જેથી જે વાયુની ઓફીસમાં કફ અને પિત્તના દશ કારકુનો કામ કરી રહેલા હોય છે તેનું વાયુ શોષણ કરે છે. એથી રસધાતુ પ્રથમ શોષાય છે અને અનુક્રમે વાયુ બીજાં સ્થાનોમાં રહેલ ધાતુઓનું શોષણ કરે છે. તેથી શરીર સુકાઇ જાય છે. તેને અનુલોમ ક્ષય કહે છે. અર્થાત્ આ ક્ષયમાં પ્રથમ રસ, પછી રક્ત, પછી માંસ એમ દરેક ધાતુનો ક્ષય થતો જાય છે.

(૨) પ્રતિલોમ ક્ષય

જે માણસ અત્યંત મૈથુન કરવાથી અથવા અત્યંત વીર્ય નાબૂદ કરી નાંખવાથી ક્ષય રોગનો ભોગ થાય છે તેને પ્રતિલોમ ક્ષય કહે છે. આ ક્ષયને જાણવા માટે એક એવી રીત છે કે શરીરના પાછળના ભાગમાં બોચીથી ગણતાં બરડાની કરોડનો છટ્ઠો મણકો કે જ્યાં આગળ યોગશાસ્ત્રના સિદ્ધાંત પ્રમાણે બંકનાળનું સ્થાન છે, અને જે બંકનાળ દ્વારાએ પ્રાણ બ્રહ્મરંધ્રમાં જવા માટે ત્રિવેણીનો ઘાટ ઓળંગી ભ્રમર ગુફામાં આરામ કરે છે, જેને સમાધિ કહેવામાં આવે છે—તે બંકનાળનું કફથી રૂંધન થઇ, વાયુથી તે માર્ગ સુકાઇ જઇ, ત્યાં દુઃખાવો ઉત્પન્ન કરે છે. એટલા માટે ક્ષયની પરીક્ષા કરનાર ચિકિત્સકે બરડાની કરોડનો છટ્ઠો મણકો દબાવવો. જો દાબતાં તેમાં નહિ ખમી શકાય એવો દુઃખાવો જણાય તો જાણવું કે પ્રતિલોમ ક્ષયની ઉત્પત્તિ થઇ ચૂકી છે.

આયુર્વેદમાં પણ અનુલોમ અને પ્રતિલોમના પેટા વિભાગો પાડી, મૈથુનશોષી, શોકશોષી, વાર્ધક્યશોષી, વ્યાયામશોષી, અશોષી, અધ્વશોષી, ઉરક્ષતશોષી જેવા ભેદો બતાવ્યા છે. પરંતુ એ બધી ચર્ચાને આપણે બાજુ ઉપર રાખી, પ્રતિલોમ ક્ષય અથવા ધાતુક્ષય સંબંધી અત્રે વિચારણા કરીશું.

પ્રતિલોમ ક્ષય :

ધાતુક્ષયનો દરદી ધાતુ નાશ પામવાથી મરવા તૈયાર થયો હોવા છતાં તેને મૈથુન (સ્ત્રીસંગ), ભોજન, ધન, અને પરચુરણ ખોરાકની લાલસા સતાવતી હોય છે, અને એ લાલસા એટલી બળવાન હોય છે કે તેવા દરદી ઉપર જાગતો ચોકીપહેરો ભરવામાં નથી આવતો તો તે જરૂર મરે છે અને ઉપચારો તથા સારવાર નિષ્ફળ નીવડે છે.

અહીં મારા અનુભવનો તદ્દન સત્ય દાખલો ટાંકું છું. કલકત્તામાં એક કચ્છી ગૃહસ્થના અઠ્ઠાવીશ વર્ષના પુત્રની સારવાર અને ઉપચાર

માટે મને બોલાવવામાં આવેલો. અનેક વિદેશી મોંઘી સારવાર પછી દેશી ઉપચારો તરફ આ કુટુંબ વળેલું અને શ્રદ્ધાથી મારા હાથમાં આ કેસ સોંપવામાં આવેલો. તેમાં મારે મારા સઘળા વ્યવસાયને છોડી બે મહિના દરદી પાસે રહી સારવાર કરવાની હતી. દરદનું નિદાન કર્યા પછી અને દરદીના જીવનની કેટલીક આંતરિક બાબતોની તપાસ કર્યા પછી દરદી પ્રતિલોમ ક્ષયવાળો હોવાનું નક્કી કરેલું. બે વરસના લગ્ન પછીના સંસારજીવનમાં એ બંધુએ દુનિયાની સીમા ઓળંગી નાંખેલી. પરિણામ એ આવ્યું કે શરીરમાં વીર્યનો છાંટો ન રહ્યો અને તેમાંથી ખાંસી–તાવ શરૂ થયાં, વજન ઘટતું જાય, ક્ષીણતા વધતી ચાલેલી. આવી અવસ્થામાં પણ અનુકૂળ સંજોગો મળતાં તેણે સ્ત્રીસમાગમ તરફ પગલાં ભરેલાં.

ઔષધોની શરૂઆત પછી આ બાબત ઉપર મારું ખાસ લક્ષ હોઇ સારવારમાંથી તેમનાં પત્નીને દૂર કરવામાં આવ્યાં, ઉપરાંત સુવા માટે અલગ અલગ ખંડ અપાયા. ત્રણે એક લાઇનના ખંડોમાં સુતાં. પ્રથમનો ખંડ મારે માટે હતો, બીજો દરદી માટે અને ત્રીજો ખંડ તેમની પત્ની માટે હતો. બહુ જ કાળજીપુર્વકની સારવાર અને ઔષધોપચાર શરૂ થયા. વીશેક દિવસમાં તો મારા આનંદનો પાર ન રહ્યો. દરદી બહુ સ્વસ્થ, તેજસ્વી અને તાવ ઘટેલો જણાતો ચાલ્યો. એકાદ મહિનામાં એથી પણ વધારે સુધારો જણાયો અને દરદી સંપૂર્ણ સુધરી જશે એવી મને ખાત્રી થઇ.

પણ ફુલે તે કરમાય એ કહેવત પ્રમાણે ફરી વ્યાધિએ જોરથી ઉથલો ખાધો હોય એમ લાગ્યું અને એ ચિહ્નો એટલાં વધેલાં કે મારી બુદ્ધિ ઉપર થોડી વાર અંધકારનું આવરણ ફરી વળ્યું. ખોરાક, ઔષધી, અને સારવાર મારી નજર સામે થતાં હતાં. પ્રતિદિન સુધારા ઉપર જતો દરદી અચાનક ઉથલો ખાઇ પડે તેનું કારણ ન સમજાયું. ચિકિત્સક જ્યારે દરદીના રોગનિવારણ માટે વિચારણા સેવી રહ્યો હોય ત્યારે તેના હૃદયમંથનને પારખવાની શક્તિ બીજાને

ન હોય. દરદીની નાડી તપાસીને કલાકો સુધી હું વિચારમાં બેસી રહેતો. મારો અનુભવી હાથ મને કહેતો કે તારી સારવારે જાગૃત કરેલા જીવનને—સાંધી આપેલી જીવનની દોરીને દરદીએ ક્ષણિક સુખ માટે કાપી નાંખી છે, અર્થાત્ વીર્યપાત કર્યો છે. પણ એમ બને કેમ ? હું દરદીને બહુ ફોસલાવતો, સ્વપ્નમાં ધાત જાય છે કે કેમ એ વિષે પૂછતો, કપડાં તપાસતો, પેસાબની તપાસ કરતો, પરંતુ કોઇ પણ જગ્યાએથી વીર્ય જવાનાં ચિહ્નો નહોતાં દેખાતાં. તો શું તેની નાડી જૂઠું બોલે છે કે મારા અનુભવી હાથ મને જૂઠું સમજાવે છે ? છેલ્લા આઠ દિવસમાં આ વિચારના વમળમાં મારી દિવસની તો શું પણ રાત્રિની નિદ્રા પણ મેં ગુમાવેલી. દરદી વિષેના વિચારોના તરંગમાં રાત્રિભર પથારીમાં આંખો મીંચીને હું પડયો રહેતો. ન ઉંઘ આવતી, ન વિચારો ઉંઘ આવવા દેતા.

રાત્રિના એક વાગ્યાનો સુમાર હશે. મગજ વિચારોની ધૂનમાં ઘૂમ હતું, શરીર મારૂં પથારીમાં પાસા બદલતું હતું. તે વખતે મારી બાજુના ખંડમાંથી કડક કડક ધીમા અવાજો મને સંભળાયા. હું સતેજ થયો અને બિલકુલ અવાજ કર્યા સિવાય ધીમે પગલે દરદીના ખંડ આગળ જઇ મેં બારણાની તીરાડમાંથી જોયું તો દરદી પથારીમાં નહોતો. દરદી તો હાથમાં લોઢાની ડીસમીસ લઇ તેના બાજુના ખંડ અને તેના ખંડ વચ્ચેનું બારણું કે જેના ઉપર અગાઉથી તાળું લગાવી ચાવી મારી પાસે રાખવામાં આવે તે બારણાની ચપરાસના પેચ ડીસમીસથી કાઢતો હતો.

આ દૃશ્ય જોઇ મારા હૃદયે કેટલાય થડકા જોરથી ખાધા, પણ તેને સ્વસ્થ બનાવ્યા વગર મારો છુટકો નહોતો. મને દરદીની રાત્રિ ચર્યાનું પરિણામ જાણવાની જરૂર હતી. થોડીક મહેનત પછી દરદીએ બારણું ઉઘાડી નાંખી એની પત્નીના ઓરડામાં પગ દાખલ કીધો અને મારા નિરીક્ષણે બીજું દરવાજાનું દ્વાર શોધ્યું.

આર્ય રમણી, પતિપરાયણ અને ચાંલ્લો ચુડલો અમર રાખવાની ભાવનાએ રંગાએલી પત્ની કામાંધ અને વિષયઘેલા પતિને ઘણું સમજાવવા લાગી, પણ મૂર્ખ પતંગ નથી સમજતો કે એ પ્રકાશ-જળહળતો પ્રકાશ એની જીવન-જ્યોતને બુઝાવવા પૂરતો છે!

મને મારા મને પ્રશ્ન કર્યો: 'ભાઇ! વિધિસરના લગ્નથી જોડાએલાં પતિપત્ની આનંદથી રાત્રિઓ માણતાં એક ખંડમાં આત્માની એકતા અનુભવતાં હોય તેમાં પરાયા માણસે ચોરી છુપીથી તિરાડોમાંથી એ દૃશ્ય જોવું એ શું વિવેકભર્યું અને ખાનદાનીવાળું છે?'

બુદ્ધિએ ઉત્તર આપ્યો: 'જરૂર, હું એક મનુષ્ય છું, છતાં જીવન અને મરણની વચમાં ઉભો રહી ચોકીદારી કરતો પહેરેગીર-વૈદ્ય છું. એ ચોકીદારીની સત્તા ઉપર મને નિયુક્ત કર્યો છે. એથી હું જો મારી ફરજ પ્રત્યે બેવફા નીવડું તો હું મૂર્ખ ગણાઉં, નહિ પાપીષ્ટ ગણાઉં. જરૂર હું આ એક પાપ કરૂં છું છતાં એ પાપની સામી તુલામાં પુન્યનો એવો મહદ રાશી-સમૂહ છે કે તેના પુન્યના ઝગમગતા તેજમાં અલ્પ પાપ નાશ પામી જશે.' મારી ફરજે મને એક પગલું આગળ લંબાવ્યો અને બારણાની બહાર રહી મેં દરદીના નામનો અવાજ કર્યો.

અકૃતકાર્ય દરદીએ પોતાના રૂમમાં આવી, મધ્ય દરવાજાને બંધ કરી પથારીમાં સુઇ મારા અવાજનો પ્રત્યુત્તર વાળ્યો અને તે પછી બારણું ઉઘાડયું. દરદી પાસે બેસીને મેં તેના બરડામાં પસરાવવા માંડયું અને ધીમે ધીમે માથા ઉપર હાથ ફેરવીને પૂછ્યું:

'ભાઇ! જીવવું છે કે મરવું છે?' ઉત્તરમાં એ અવાચ્ય હતો. પણ તેની આંખો આંસુથી ભીંજાયેલી જોઇ, સાંત્વન આપતાં મેં કહ્યું: 'ભાઇ! હું સમજું છું કે તું તારા મન ઉપર-તારી વાસના ઉપર કાબૂ નથી રાખી શકતો. છતાં મને જાણવાની જરૂર છે કે

આઠ દિવસ પહેલાં પણ તેં આ પ્રયત્ન સફળ કરેલો ખરો કે નહિ? જવાબમાં માત્ર ટુંકા હકાર સિવાય તે બીજું કશું બોલી શકયો નહિ.

બીજે દિવસે દરદીને સાથે લઇ, પરિચર્યામાં માત્ર પુરૂષોને સાથે રાખી, વસવાટથી દૂર જંગલી પ્રદેશના બંગલામાં રહી દરદીની સારવાર લંબાવી અને ચાર મહિને પરમકૃપાળુ પરમાત્માએ મારી બાંહ્ય ઝાલી, મને જશ અપાવ્યો અને દરદી સંપૂર્ણ નીરોગી થયો.

મારા અનુભવનો ઉલ્લેખ અહીં મારે એટલા માટે કરવો પડે છે કે જેમ જેમ મનુષ્યમાં વીર્યની ખામી થતી જાય છે તેમ તેમ તેની ધારણાશક્તિ અથવા ધીરજ પણ નાબૂદ થતી જાય છે. વીર્યવાન મનુષ્ય જ સંયમી હોય છે અને સંયમશક્તિ એ જ વીર્યવાન બનાવે છે. એટલા માટે ધાતુક્ષયના દરદીના મળ અને બળ (વીર્ય)ની રક્ષા કરવાને સંપૂર્ણ જાગતા રહેવું એ વૈદ્ય અને ઉપચારકને માટે એટલું જ જરૂરી છે.

વર્તમાન કાળમાં સુધરેલી દુનિયાના ચિકિત્સકો પોતાના બળથી અને પોતાની સરકારના આશ્રયથી ક્ષયરોગના ઉપાય શોધવાને ભગીરથ પ્રયત્ન કરે છે, તેમ અમારા ઋષિમુનિઓએ પણ એ બાબતમાં ઘણો પ્રયત્ન કર્યો છે. એવા યોગી લોકોએ અને સિદ્ધ લોકોએ સપ્ત ધાતુના ક્ષય માટે જે ઉપાયો શોધેલા છે તે ઉપાયો બનાવી જ્યાંસુધી ક્ષયરોગીની ઉપર વાપરવામાં નહિ આવે ત્યાંસુધી ક્ષયના ઉપાયો નવા શોધવાના પ્રયત્નો નિષ્ફળ નીવડશે એમ અમે હિંમતભેર છાતી ઠોકીને કહીએ છીએ.

કારણ કે ધાતુ (વીર્ય) દોષવાન થવાથી વાયુ તેનું શોષણ કરે છે. એટલે બીજા ધાતુએ બનાવેલું વીર્ય બંકનાળના રસ્તે માથામાં નહિ પહોંચતાં તેનો કફ બની જાય છે. તેથી રોગીનું ઓજસ્ ઘટી જઇ તે રોગી નિસ્તેજ દેખાય છે. એવી અવસ્થામાં બંકનાળના એક છેડા

ઉપર રહેલો પ્રાણવાયુ અને બીજા છેડા ઉપર રહેલો ઉદાનવાયુ બે તરફના વીર્યને સૂકવવાનું કામ કરવા માંડે, એટલે ઉદાન વાયુને વીર્ય નહિ મળવાથી તે માથામાંના બીજા ધાતુને પણ સૂકવવા માંડે છે. આ તરફ પ્રાણવાયુ પક્ષપાતી રીતે પોતાની ઓફીસમાં રહેલા પાંચ પિત્ત અને પાંચ કફનું શોષણ કરે છે. એટલે ચારે વાયુ સ્વચ્છંદી બની પક્વાશયમાં રહેલા પાચક આદિ પાંચ પિત્તો અને સંશ્લેષણાદિ પાંચ કફોનું અપમાન કરે, જેથી અધિકારીની મહેરબાની વિના તેઓ ખિન્ન થઇ પોતાની ઓફીસનું કામ કરવામાં બેદરકાર થાય, અને પછી શરીરમાંની સાતે ધાતુઓ સુકાઇ જાય. એવી અવસ્થાવાળા સાતે ધાતુની પુષ્ટિ માટે જ ચિકિત્સા કરવાની છે. તે ઘણી બળવાન અને પ્રભાવિક હોવી જોઇએ.

આ ઉપરથી એટલું સાબિત થાય છે કે અંગરસ, ફાંટ, હીમ, કલ્ક ચૂર્ણ અને સાધારણ ગોળીઓ કે જે પક્વાશયમાં ગયા પછી તેનાં અનુક્રમે રસરક્તાદિ ધાતુ બનતાં હોય તેવી દવાઓ પોતાના પ્રભાવથી વીર્ય સુધી પહોંચવાને અશક્ત હોય છે, પરંતુ જેમ નેપાળો પોતાના પ્રભાવથી આંતરડાં અથવા બીજી ધાતુમાં ફરવા નહિ જતાં સીધો મળાશયમાં જઇ પાકા તથા કાચા મળને ભેદી વિરેચન કરે છે, તેમ ક્ષયને માટે એવી ઔષધી જોઇએ કે જે સાતે ધાતુમાં રૂપાંતર પામવા નહિ જતાં સીધી વાયુની ઓફીસમાં જઇ વાયુનું શોષણ કરી જેમ અગ્નિ હવાને પાતળી કરે છે તેમ તે વાયુને પાતળો બનાવી. તેમાં ચપળતા ઉત્પન્ન કરી, વીર્યમાં પહોંચી, સુકાયેલા વીર્યને લીલું બનાવી, બંકનાળના બેઉ છેડાના અને માથાના વાયુને લીધે જે ધાતુઓ સુકાઇ ગઇ હોય તેને લીલી બનાવે.

તેવું ઔષધ એ માત્ર પૂર્ણ ચંદ્રોદય છે. પરંતુ પૂર્ણચંદ્રોદય શું એ વિદેશીઓ ન સમજે તે સ્વાભાવિક છે. આજે બજારમાં મળતા ચંદ્રોદયો અને પૂર્ણચંદ્રોદયો માંહેના ઘણા ભાગે જુડા હોય

છે. જ્યારે પારદને અઢાર સંસ્કાર અથવા ઓછામાં ઓછા આઠ સંસ્કાર આપ્યા પછી પારદને બુભુક્ષિત બનાવી, સોનું ખવરાવવામાં આવે, અર્થાત્ એ પારદને સોનાનો ગ્રાસ આપે છતાં પારદનું વજન વધે નહિ અને એ પારદ ઉપર શતગુણ ગંધક જારણ કરી સિદ્ધ રસાયન બનાવી આપવામાં આવે તો તે ક્ષયના દરદી કે જેઓને વીર્યથી મેદ સુધીનો ક્ષય થયેલો હોય તેને ફતેહમંદ રીતે મટાડે છે.

પરંતુ દીલગીરીની વાત છે કે આવો ચંદ્રોદય હિંદભરમાં કોઇ બનાવતું નથી. તેનું કારણ તેમાં સેંકડો નહિ પણ હજારો રૂપીઆનું ખરચ છે, અવિશ્રાંત મહેનત છે, ક્રિયાકુશળતાની જરૂર છે અને બાર બાર મહિનાની તપશ્ચર્યા છે. એમાં તો જોઇએ છીએ રાજા, મહારાજા કે કરોડાધિપતિ શેઠીઆઓની મદદ કે જે દશવીશ હજાર રૂપીઆ ખરચી શકે અને આવા આયુર્વેદના રત્ન સરીખા, ક્ષયના વિકરાળ મુખમાં જતા દરદીને પુનઃ જીવન આપતા મહા રસાયનને બનાવવામાં હાથ લંબાવે. પરંતુ આજે જ્યાં વિલાયતી દવાઓએ દેશના ધનવાનો અને રાજામહારાજાઓની આંખ ઉપર મોહનાં પડળ વાળેલાં છે, ત્યાં તેમનું લક્ષ એ વિષય તરફ ક્યાંથી જાય?

પૂર્ણ ચંદ્રોદયના નામે આજે મરીને મોતી કહી વેચનાર સેંકડો છે. પરંતુ પૂર્ણ ચંદ્રોદય જો કોઇ સિદ્ધ કરી, નજર સામે અઢાર સંસ્કાર કરી બતાવવા તૈયાર હોય તો અમે તેના શિષ્ય બનવા તૈયાર છીએ. ચંદ્રોદયના નામે આજે જનતા ઠગાઇ રહી છે. જાહેર પ્રજાને બચાવવા 'ચંદ્રોદય એટલે શું?' એ નામનું અમારૂં સ્વતંત્ર પુસ્તક લખેલું છે. કહેવાતા ચંદ્રોદયથી ઠગાવાથી બચવા માટે દરેકે એ વાંચવું જરૂરી છે.

卐

પ્રકરણ ૪૩મું

ઉપદંશ

ઉપદંશ: એ સંસ્કૃત શબ્દ છે. ગુજરાતીમાં એને ચાંદી અથવા ટાંકી કહે છે. ઉપદંશ થવાનાં કારણોમાં શાસ્ત્રકાર જણાવે છે કે પુરૂષના ગુહ્ય ભાગ ઉપર નખ લાગવાંથી, દાંત લાગવાથી, તેને હમેશાં સાફ નહિ કરવાથી, અત્યંત સ્ત્રીસંગથી, યોનીદોષવાળી સ્ત્રીના સમાગમથી, અથવા સ્ત્રીસંગ પછી ગુપ્ત ભાગને સાફ નહિ કરવાથી પાંચ પ્રકારના ઉપદંશ થાય છે, એટલે કે ગુપ્ત ભાગ ઉપર ચાંદી પડે છે.

છતાં ઉપદંશના મુખ્ય બે પ્રકાર છે: આંગતુક અને વંશજ. એ પ્રમાણે બે પ્રકાર હોવા છતાં પ્રથમ જ્યારે તેની શરૂઆત હોય છે ત્યારે રોગ થવાનું કારણ બહારનું હોય તો પણ શરીરમાં સંચાર પામી રહેલા દોષો તેની સાથે મળે છે અને જે દોષનું પ્રાધાન્ય હોય તે તરફ વ્યાધિ લંબાય છે, અને પછી એ હિસાબે રોગના વાતોપદંશ, પિત્તોપદંશ, રક્તોપદંશ એમ જુદા જુદા ભેદ પાડવામાં આવે છે.

ભાવપ્રકાશના કર્તાએ ઉપદંશ લખ્યા પછી ફીરંગ રોગ લખ્યો છે. ઉપદંશ અને ફીરંગ રોગ બેઉ એક જ છે, પરંતુ એટલો ભેદ પાડી શકાય કે ઉપદંશમાં આંતરિક કારણો બળવાન હોય છે. ફીરંગ રોગમાં આગંતુક કારણો બળવાન હોય છે. બેઉ વ્યાધિ ચેપી છે, સરખા સ્વરૂપવાળા છે અને શરીરમાં અસર પણ બેઉ લગભગ એક સરખી જ મૂકતા જાય છે.

ફીરંગ રોગ ઉપદંશ કરતાં એલોપથીના 'સીફીલીસ' સાથે વધારે મળતો છે. વિચાર કરતાં એમ જણાય છે કે આ દેશમાં ફીરંગી લોકોની અવરજવર શરૂ થઇ ત્યારથી જ આ રોગનાં બીજ રોપાયાં. ફીરંગી સ્ત્રીઓના સંસર્ગમાં આ દેશના પુરૂષો આવ્યા

અથવા આ દેશની સ્ત્રીઓ ફીરંગી પુરૂષોના સંસર્ગમાં આવી—એ ગમે તેમ હોય પણ ફીરંગી શબ્દ ફારસી ભાષાનો છે અને આયુર્વેદના મૂળ ગ્રંથોમાં એનું નિદાન નથી. પરંતુ પંડિત ભાવમિશ્રના વખતે એ વ્યાધિ શરૂ થયેલો એટલે એમણે પોતાના ગ્રંથમાં તેને દાખલ કર્યો છે.

અત્યારના ઉપદંશના ઘણા કેસો સંસર્ગજન્ય જોવામાં આવે છે. વેશ્યાઓના વધતા જતા અખાડાથી પુરૂષો વેશ્યાગામી બને છે. ત્યાંથી એ ચેપ વારસામાં વંશપરંપરા વધતો જઇ એટલી હદ સુધી આ વ્યાધિનાં બાલબચ્ચાં, પુત્ર, પૌત્ર, પ્રપૌત્ર અને પરિવાર વધ્યો છે કે સેંકડે પચાસ ટકા માણસો ઉપદંશજન્ય વ્યાધિથી પીડાતા જોવામાં આવે છે.

માત્ર આ વ્યાધિ સ્ત્રીપુરૂષના સમાગમથી આગળ વધે છે એટલો જ નબળો નથી પણ તે સંપૂર્ણ ચેપી છે અને તે પહેરવાનાં કપડાં, પાણી પીવાનાં પ્યાલાં, ચહા પીવાની રકાબી, સુવાની પથારી, કે પેસાબ કરવાની મુતરડી મારફત પણ એકના શરીરમાંથી બીજાના શરીરમાં દાખલ થઇ શકે છે. અને અત્યારે તો આ વ્યાધિને મેદાને પડવાનો ખરો મોકો છે. ભૂલે તો તેના ભોગ! વર્ણવ્યવસ્થા, વટલાવાની બીક, નાતોના વાડા, એકના ભોજનની થાળીમાંથી બીજાને ન જમાય, જમતા અન્યને ન અડકાય, એક જણે પીધેલા પાણીના પ્યાલાથી બીજાએ પાણી ન પીવાય—આવા પુરાણા ઉપયોગી રીવાજો ધીમે ધીમે નાબૂદ થતા જાય છે. આ છેડાથી પેલા છેડા સુધી કોઇ પણ જાતની વચમાં આડખીલી ન નડે એવી સીધી સડક સુધારકો બાંધી રહ્યા છે, એટલે સીફીલીસ અથવા ઉપદંશને પણ અટકવાની જરૂર નહિ રહે. એ પણ સારો પ્રચાર અને પ્રસાર કરી શકશે એ દેખીતી વાત છે. અગાઉ વર્ણવ્યવસ્થા અથવા વટલવા—વટલાવાની રૂઢી દીર્ઘ દૃષ્ટિવાળાઓએ બહુ જ આગળ પાછળના વિચાર કરીને રાખી હશે. પણ આજના પ્રવૃત્તિના જમાનામાં માણસને સગવડ

જોઇએ છે અને એમાં એકત્ર થઈ જવાની પીઠથાબડ મળી છે, એટલે માણસો મર્યાદામાં રહેવા નથી માગતા. બંધનો અધરાં અને આકરાં થઇ પડયાં છે. એનાથી લાભ તો ગમે તે થાય પણ બુદ્ધિબળ, શારીરિક બળ અને નૈસર્ગિક તંદુરસ્તીબળ ઘટવાનાં છે એ ચોક્કસ છે.

ઉપદંશ ચેપી છે એ વાત જરાયે અતિશયોક્તિભરી નથી. ક્ષય જેવાં દરદો જેને થાય છે એ તો તેનો વિનાશ કરી અટકી જાય છે; જ્યારે ઉપદંશ એ એવો છૂપો વ્યાધિ છે કે વંશપરંપરા તેનો પાર નથી આવતો. ગુજરાતીમાં કહેવત છે કે 'ડોશી મરે એની ફીકર નથી પણ જમ ઘર ભાળી જશે એનો ભય છે!' એમ ચાંદી થયા પછી એ રોગીષ્ટ માનવી પોતાના તરફથી કેટલાં જીવ–પ્રાણીઓને દુઃખી કરશે એની એને ખબર હોતી નથી. આયુર્વેદશાસ્ત્ર કહે છે :

कश्चिद्धि रोगो रोगस्य हेतुभूत्या प्रशाम्यति।
न प्रशाम्यति चाप्यन्यो हेत्वर्थं कुरुते पि च॥

અર્થાત્ કેટલાક રોગો એવા છે કે જે બીજા રોગના હેતુ એટલે કારણ થઇને પોતે છૂપી જાય છે અને કેટલાક એવા છે કે બીજા રોગને ઉત્પન્ન કરીને પોતે પણ દેખાતા રહે છે.

એ પ્રમાણે આ વ્યાધિમાં ઘણા ભાગે જોવામાં આવે છે. જેમ એક માણસને પેસાબની જગ્યાએ ચાંદી થઇ. એ ઘણું કરીને ગુપ્ત ભાગના કાપામાં પડી છે અને તેની જ સાથે પસીનાનું ગંધાવું અને શરીરમાં તાવ એ બે ઉપદ્રવો જણાય છે. તે વખતે ચાંદીને રૂઝવવા માટેની ઉતાવળ કરવામાં આવે અને ચાંદી ઉપર ધોળો ઠંડો મલમ અથવા ભુકી દાબવામાં આવે એટલે ઉપરથી દરદી અને ડાકટર બન્ને સમજે કે વ્યાધિ નાબૂદ થયો છે. પરંતુ તેનું ઝેર પડેલી ચાંદીની મારફત શરીરમાં વ્યાપી જઇ શરીરના દોષો તેની સાથે ભળીને જાંગના મૂળમાં ગાંઠ પેદા કરે છે. તેને બદ કહેવામાં આવે છે. એ ભયંકર બદ પાકી, ફુટી અને પરૂ રૂપે નિકળી જાય તો ઘણું

સારૂં. પરંતુ બદને પણ શેકથી કે લેપથી બેસારી દેવામાં આવે છે તો એ ઝેર બમણા જોરથી ઉત્પન્ન થઇ તેમાંથી વિષ્ફોટક, સંધીવા, ગઠીયો વા, લકવા જેવા વ્યાધિ જન્મે છે. એ વ્યાધિને ચિકિત્સકો પારખી ન શકે અને સાધારણ વાતવ્યાધિ માની, સોમલ કે ભીલામાનો પ્રયોગ કરી મટાડવા જાય છે, તો મૂળ વ્યાધિ તો મટવો રહ્યો, પણ ઔષધને લીધે રોગની ગરમાઇ વધી જઇને શરીરમાં ઉષ્ણતા વધવા લાગી, જ્ઞાનેન્દ્રિયોમાં પ્રચાર પામે છે. એટલે આંખે મોતીયા, ફુલાં કે ડૈયા નિકળે છે. જીભની ઉપર અને મૂછના વાળમાં ચાંદી પડી સડવા લાગે છે. કેટલાકને નાક સડી પડે છે, જ્યારે કેટલાકની જીભ સડવા લાગી, અરધી જીભ સડી નિકળી પડે છે અથવા તાળવામાં ચાંદી પડીને નાકની અંદર છિદ્ર પડે છે. એટલું જ નહિ પણ એક વાર ફીરંગચાંદીનો રોગ થયો અને તે પુરૂષ પોતાની સ્ત્રી સાથે સંબંધમાં આવે છે તો એ સ્ત્રીને પણ ચાંદી ઉત્પન્ન થાય છે અને આવા ચેપી રોગના ભોગ થયેલાં સ્ત્રી–પુરૂષથી પેદા થયેલી સંતતિને બદ અથવા પ્રમેહ, આગરૂ, લુલાપણું, પાંગળાપણું પ્રાપ્ત થાય છે. અને એવી રીતે વંશપરંપરા ઉતરતાં ઉતરતાં છેવટે સુન્નબહેરી, વાતરક્ત, રક્તપિત્ત (પત્તનો રોગ)ને જન્મ આપે છે અને અંતે જ્યારે કુદરત તેના વંશનો જ ઠામુકો અટકાવ કરે છે ત્યારે એ અટકે છે.

ગળગંડ, અપચી, વિદ્રધી, પ્રમેહ, પ્રમેહપિટિકા, કંઠમાળ, એ બધા વ્યાધિઓ ઉપદંશમાંથી કે ઉપદંશજન્ય બીજોના સંગ્રહથી ઉત્પન્ન થવા પામે છે એમ જોવામાં આવ્યું છે.

આટલા વિવેચન ઉપરથી આપણે જોઇ શકયા કે ઉપદંશ એ કેટલો છુપો, ઝેરી અને ભયંકર વ્યાધિ છે; અને એક વખત તેનો શરીર ઉપર અમલ થયો પછી એ ક્રમે કરીને શરીરમાંથી નાબૂદ થતો નથી. અર્થાત્ તેના તરફ બેદરકારી રાખવામાં આવે કે બીજા વ્યાધિની માફક તેની ઉપેક્ષા કરવામાં આવે તો તેનાં ઉંડાં મૂળ જાય છે તે જરૂર જાણી શકાયું હશે.

એક પત્નીવ્રત અને પતિવ્રત રાખનારને આ વ્યાધિથી બહુ ડરવાનું હોતું નથી. સંયમ, નિયમ, પવિત્રતા, સ્વચ્છતા, વર્ણાશ્રમધર્મ-મર્યાદા વગેરે ધર્મનું પાલન કરવાથી સ્વર્ગે જવાતું હોય—એ બાબત ઉપર આપણને બહુ વિશ્વાસ ભલે ન હોય, પણ એટલું તો પ્રત્યક્ષ જોવામાં આવે છે કે એ બહાનાની ખાતર પણ જો આપણી દરેક ઇંદ્રિયો મર્યાદિત અને સંયમી બની રહે તો આપણા ઉપર આવા વ્યાધિઓ આક્રમણ કરી શકે નહિ. પછી માતેલા સાંઢની માફક અથવા રેઢીયાળ ઢોર ઓખર કરવા જાય અને ખાદ્ય પદાર્થમાં 'મેલા' સિવાય તેને બીજું કશું પ્રાપ્ત થતું નથી, તેમ મસ્ત મનને બહેકાવી મૂકી તેને વહેતું મૂકવાથી અર્થાત્ વેશ્યાગમન, પરસ્ત્રીગમન કે પરપુરૂષગમનની ફળપ્રાપ્તિ રૂપે ઉપદંશ કે પ્રમેહ ન થાય તો બીજું થાય શું ?

એક ખાસ અગત્યની બાબત રહી ન જાય એ માટે તે તરફ વાચકનું ધ્યાન ખેંચવાની જરૂર છે. કેટલીક વખત કુદરતી સમાગમ અથવા અક્ષતયોનીવાળી નાજુક સ્ત્રી સાથે સમાગમ કરતાં ગુપ્ત ભાગ સાધારણ છોલાય છે અથવા છેકા જેવો લીસોટો પડી જાય છે. તેને કેટલાક ચાંદી માની લઇ ઉપદંશના ઉપચારો કરવા લાગી જાય છે અથવા ખોટી દોડધામ કરી મૂકે છે. પરંતુ આ રીતે થયેલ ક્ષત કિંવા છોલાયેલી ચામડી એ ખરેખર ઉપદંશ અથવા ચાંદી હોતી નથી. માત્ર બેદરકારી અને વિષયભોગમાં શ્વાનવૃત્તિને કારણે આમ બનવા પામે છે. સ્ત્રીસમાગમ પછી સંપૂર્ણ સ્વચ્છતા ગુપ્ત ભાગો માગે છે, તેમજ સમાગમ પહેલાં પણ વિષમ અવસ્થાવાળાં સ્ત્રીપુરૂષો હોય તો તેમના ગુહ્ય ભાગોને સ્નિગ્ધ પદાર્થથી તર બનાવવાની પણ એટલી જ આવશ્યતા છે. કામશાસ્ત્રે સ્ત્રી અને પુરૂષના દેખાવ, વર્ણ, બાંધા, અને સ્વભાવ ઉપરથી તેના જુદા જુદા વર્ગ પાડયા હોય છે અને આ વર્ગને સામે રાખી જો લગ્નગ્રંથીથી જોડવામાં આવે તો સંસાર કાશ્મીરના સ્વર્ગીય ઉપવન સરીખો ખીલી નિકળે. પરંતુ હાલના સમાજજીવન પાસેથી આવી આશા રાખવી

એ બકરીની ડોકના આંચળમાંથી દૂધ મેળવવા બરાબર છે. છતાં એટલું ચોક્કસ છે કે આજે આગળ વધી રહેલા જમાનાને આદર્શ કામશાસ્ત્રના જ્ઞાનની સંપૂર્ણ જરૂર છે.

આ પ્રમાણે જો સાધારણ છોલ થયો હોય તો તેને માટે બહુ આકરા ઉપચારની જરૂર નથી તેમ જ તેને માટે વહેમમાં પડી ચાંદી માની લઇ ચિંતા કરવાની પણ જરૂર નથી. માત્ર જરૂર છે બ્રહ્મચર્ય પાળવાની. થોડો ચીરો, છેકો કે છોલ થયો એટલે એ પછી કેટલાય દિવસ સુધી બીલકુલ સ્ત્રીસમાગમ છોડી દેવો જોઇએ અને સ્થાનિક ભાગને સાધારણ ગરમ પાણીથી ધોઇ નાંખી, તેના ઉપર શંખજીરૂ અથવા ઝીંકઓકસાઇડ લગાવી દેવું, અથવા એક ભાગ એસીડ કાર્બોલીક અને આઠ ભાગ તલનું તેલ મિશ્ર કરી, તે તેલ લગાવવાથી એ થયેલો ક્ષત એકાદ બે દિવસમાં તદ્દન રૂઝાઇ જશે. છતાં એકાદ મહિનો બ્રહ્મચાર્ય પાળવું. સાથે વિચારવું કે આવી રીતે છેકો પડવાનું કારણ શું છે? કેટલાક પુરૂષોને ગુપ્ત ભાગની ચામડી ઉપર ચઢતી હોતી નથી, જેને લઇ કાપાની અંદર જે મેલ ઉત્પન્ન થતો રહે છે તે બહાર નથી નીકળી શકતો. જેમ આંખમાંથી, કાનમાંથી, અને નાકમાંથી એક પ્રકારનો બલગમ–મેલ ઉત્પન્ન થાય છે તેમ ઇંદ્રિયના ઉપરના કાપામાં પણ સફેદ રંગનો થર બાઝે છે. એને કેટલાક અજ્ઞાન ભાઇઓ રોગ માને છે, પરંતુ એ રોગ નથી તેમ જ ધાતુનો બીગાડ પણ નથી. માત્ર પસીના મારફત એક જાતનો પદાર્થ હરહમેશાં ત્યાં બાઝે છે અને એ મેલ સફાઇ પણ હમેશાં માગે છે. એટલે જો ચામડી ઉપર ન ચઢતી હોય તો શસ્ત્રવૈદ્ય પાસે થોડી આગળની ચામડી કપાવી કાઢવી જોઇએ. જેમ મુસલમાન બાળકોને સુન્નત કરે છે તેમ, એ ચામડી ઉપર ચઢવા લાગશે. આ ચામડી કપાવવામાં કોઇ પણ જાતનું જોખમ નથી તેમ જ તેથી વધારે તકલીફ પણ નથી. છતાં દરરોજના અભ્યાસથી ચામડી ઉપર ચડી જતી હોય તેમને કાપવાની જરૂર નથી.

હવે આ પ્રમાણે સાધારણ છેકા કે ક્ષત તરફ દરકાર રાખવામાં ન આવે અને તે જગ્યા છોલાયેલી કે આળી હોય છતાં સમાગમમાં આવવાથી એ ભાગ વધારે છોલાય છે અને તેનાં મૂળ ઉંડાં જઇ પછી શરીરના દોષો કોપીને તેમાંથી પણ ઉપદંશ પેદા થાય છે તે ભૂલવું ન જોઇએ.

ઉપદંશ–ફીરંગ–સીફીલીસના વિવેચન પછી આપણે હવે તેના ઔષધ તરફ વળીએ. આ રોગની ત્રણ અવસ્થા કલ્પી શકાય. પ્રથમ અવસ્થા જેમાં ગુપ્ત ભાગ ઉપર ચાંદું મોજુદ છે અને એ ભાગ પીડાકારક તરીકે આગળ વધી રહ્યો હોય છે. વેદના, તાવ, નિર્બળતા જેવાં ચિહ્નો એની સાથે હોય છે. એને પ્રથમ અવસ્થા ગણાય.

ઉપદંશ–ચાંદી રૂઝાઇ ગઇ હોય છે છતાં તેમાંથી પ્રમેહના જેવી પેશાબની અંદર બળતરા ચાલુ થઇ હોય, બદ નિકળી હોય અથવા શરીર ઉપર નાની નાની ગાંઠો નીકળી હોય અથવા શરીર ઉપર પ્રથમ ફોલ્લી થઇ તે ફુટી નાની ચાંદી પડી રૂઝાઇ જાય અને તે જગ્યાએ કાળો ડાઘ રહી જાય અથવા દાદર જેવાં ચકામાં ઉઠીને ખજવાળ આવ્યા કરે, મોઢામાં ગરમાઇ રહે કે ચાંદીઓ પડી જઇ રૂઝાઇ જાય. આવાં ચિહ્નો જણાવા લાગે એ ઉપદંશની બીજી અવસ્થા છે.

ત્રીજી અવસ્થામાં ઉપદંશ, સંધીવા, કટીગ્રહ, અડદીયો વા, વિષ્ફોટક, પત, નાક, કાન, ગળાનો સડો, રક્તપિત્ત, નપુંસકતા, વીર્યનાશ અને ક્ષય, જેવા વ્યાધિઓ પરિણમે છે.

અનુક્રમે પ્રથમ અવસ્થા સાધ્ય છે, બીજી અવસ્થા કષ્ટસાધ્ય છે અને ત્રીજી અવસ્થા લગભગ અસાધ્ય છે. છતાં જો રોગી ધીરજ, શ્રદ્ધા, સંયમ અને નિયમોનું પાલન કરી વ્યાધિ મટાડવા માટે કમર કસે છે અને તેના માટે ધર્મવાન, નિર્લોભી, જ્ઞાની, અને અનુભવી વૈદ્ય મળી જાય છે તો ત્રણે અવસ્થામાંથી રોગીને સંપૂર્ણ નીરોગી બનાવી ચંદ્ર જેવી કાંતિવાળો બનાવે છે.

ત્રણે અવસ્થામાંથી સારા થયેલા રોગીઓ અને એમને ખવડાવેલાં ઔષધો—જેનાથી તેઓ સંપૂર્ણ રોગમુક્ત થયેલા છે તેવાં ઔષધો હવે પછી કોઈ પણ ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય વાપરવાની રીત સાથે બતાવીશું.

卐

પ્રકરણ ૪૪મું
ઉપદંશનો પ્રતિકાર

સ્ત્રીઓને ચાંદીનો રોગ થાય છે પરંતુ તેના રોગનો નિર્ણય પુરૂષની માફક જલ્દી થઈ શકતો નથી, તેમ જ પુરૂષો જેટલા જલદીથી આ વ્યાધિ માટે સારવાર તરફ દોડી જાય છે તેટલી ત્વરાથી સ્ત્રીઓ દોડતી નથી. તેનું કારણ આ દેશની સ્ત્રીઓમાં રહેલી શરમ, મર્યાદા અને પરતંત્રપણાને આભારી છે. જો ખરી રીતે કહીએ તો સ્ત્રીઓને ચાંદીની ભેટ બહુધા પુરૂષો તરફથી જ મળેલી હોય છે. અપવાદરૂપે સ્વતંત્રતાથી કે સ્વછંદતાથી વિચરતી કોઈ સ્ત્રી પારકે ઘેરથી આ બીજને લઈ આવી પોતાના પુરૂષને અર્પણ કરતી હોય, એવી સેંકડે પાંચ ટકા હશે; પરંતુ પંચાણુ ટકા તો પુરૂષના થયેલા પરમા અને ચાંદીના રોગથી જ સ્ત્રીઓ રોગીષ્ટ બને છે અને પછી યોગ્ય સારવાર—ઉપચારના અભાવે પોતાનું શરીર બગાડે છે. પરિણામ એ આવે છે કે પુરૂષો સારા થવાનો પ્રયત્ન કરવા છતાં ફરી ફરી વ્યાધિના ભોગ બનતા રહે છે, અને એમ બનવું જ જોઈએ. કારણ કે તેઓ સંસારસુખથી અળગા રહી શકતા નથી, તેમજ બેઉ પક્ષ સારાં થવાનો—એકી સાથે સારાં થવાનો પ્રયત્ન કરતાં નથી.

આ ગરમીનાં ચેપી દરદો માટે પરદેશીઓએ કાળજીપૂર્વક પ્રજાને જાગૃત કરવા જહેમત ઉઠાવી, મોટી સંસ્થાઓ સ્થાપી છે.

પોતપોતાના દેશમાં ગરમીનાં ચેપી દરદોનો વધારો થતો કેમ અટકે અને સપડાયેલાઓ કેમ સારા થાય અથવા સમાજજીવનમાંથી આવા રોગીઓને કેમ અને કેવી રીતે અલગ પાડી તેમનો સુધારો કરવામાં આવે–આવી જાતની પ્રવૃત્તિ આદરી, સેનેટેરીયમો, હોસ્પીટલો અને લેબોરેટરીઓ સ્થાપી, પ્રયાસો કર્યા છે. એવી જ રીતે હિંદમાં પણ સને ૧૯૨૬માં 'બ્રિટીશ સોશીયલ હાઇજીન કાઉન્સીલ' તરફના ડેલીગેટો સરકારના બોલાવવાથી આ વ્યાધિની વિચારણા અને અટકાવ માટે પ્રવૃત્તિ કરવા આવેલા, અને સ્થાનિક સરકારનિયુક્ત કમીટી સાથે મળી, ભાષણોદ્વારા પુષ્કળ પ્રવૃત્તિ કરવા છતાં આ દેશના માણસોમાંથી એમને પૂર્ણ સહકાર ન મળ્યો. એનું કારણ એ હતું કે બીજા દેશની પ્રજાની જેમ પોતાનાં ગુપ્ત દર્દો ખૂબ છુટથી જણાવી, બતાવી, ઉપચાર લેવાને આ દેશની પ્રજા તૈયાર નહોતી, અને તેમાં સ્ત્રીઓ તો ખાસ કરીને નહિ જ. વળી હિંદની સામાન્ય જનતાને જેટલો દેશી વૈદક પ્રત્યે વિશ્વાસ છે, તેટલો પાશ્ચાત્ય વૈદક ઉપર નથી એ વાત પણ ઉઘાડી છે.

સદરહુ કમીટીની વિચારણામાં આગબોટ કંપનીઓના સર્જન સુપરિન્ટેન્ડેન્ટ ડૉ. વિલીયમ હીકાએ જણાવ્યું કે પાશ્ચાત્ય વૈદકીય પદ્ધતિની યોજના હિંદીઓ જાણતા નથી તેમ સમજતા નથી. એટલે તેઓને આપણી સારવાર નીચે લાવી શકીશું જ નહિ. **અને પોતાના હાથમાં હોય તો લેજીસ્લેટીવ એસેમ્બ્લી આવતી કાલે જ પાશ્ચાત્ય વૈદકને કાઢી નાંખીને તેની જગ્યાએ આયુર્વેદને દાખલ કરી દે.**

વારૂ હવે આપણે આ રોગથી મુક્તિનો વિચાર કરીએ. આ રોગથી, મુક્ત કરવા માટે મુખ્ય ત્રણ ઉપાય છે: (૧) બ્રહ્મચર્ય, સદાચાર, અને ઉચ્ચ વર્તનનું જ્ઞાન ફેલાવવું. (૨) વધતા જતા વેશ્યાવાડાઓ અને ખાંજરાંઓને બંધ કરવાનો, ઓછાં કરવાનો પ્રયત્ન કરવો. (૩) ચેપી રોગ શાથી થાય છે, તેને કેમ અટકાવી

શકાય અને થયા પછી કેવા વર્તનથી તે નાબૂદ થાય એનું શિક્ષણ અભ્યાસક્રમમાં દાખલ કરવું.

આવા ઉપાયોથી વ્યભિચાર અટકશે, સ્ત્રી પુરૂષોને જોઇતું જ્ઞાન મળશે અને ચેપી વ્યાધિઓથી તેઓ ચેતતાં રહી સારાં થવા પ્રયત્ન કરશે.

હવે ઉપદંશના વ્યાધિના ઉપાયો લખતાં પહેલાં ઉપદંશ–ચાંદીની ઓળખ–લક્ષણ આપવાની ખાસ જરૂર છે. એથી દરદી ખરી ખોટી ચાંદીના ભુલાવામાં પડે નહિ.

અંગ્રેજી વૈદક ચાંદીના ચાર પ્રકાર બતાવે છે: (૧) નરમ ચાંદી. (૨) કઠણ ચાંદી. (૩) પ્રસરતી ચાંદી. (૪) સડાવાળી ચાંદી.

(૧) નરમ ચાંદી

આ ચાંદીનો ચેપ લાગવાથી કે છોલાવાથી થાય છે અને ઘણે ભાગે તે મૂત્રનળીના આંકામાં (કાપમાં) અથવા ફુલ ઉપર થાય છે. નરમ ચાંદીનું ચાંદું કે ચાંદા મગની કે ચણાની દાળ જેવા ગોળ હોય છે અને દબાવવાથી તેની કિનારી નરમ લાગે છે. આ ચાંદીમાંથી એક જાતનું પ્રવાહી ઝરે છે અને બીજી જગ્યાએ લાગવાથી ત્યાં ચેપ લાગી ચાંદી પડે છે. પુરતી સાવચેતી ન રાખવામાં આવે તો મૂત્રમાર્ગની અંદર પણ ચાંદાં પડે છે.

ખોટી ચાંદીનો આકાર ગોળ નથી હોતો પણ લીસોટાના જેવો અથવા તીરાડ જેવો હોય છે. તેમાં ખાસ વેદના નથી હોતી, માત્ર હાથ લગાડવાથી બળે છે, તેમ જ તેમાંથી કોઇ પદાર્થ ઝરતો નથી. અને અગાઉ લખ્યા પ્રમાણે સ્વચ્છતા કે બ્રહ્મચર્ય પાળવા સિવાય ખાસ ઉપચારની બેદરકારીથી જો આવી જગ્યા આળી થઇ હોય અને સંસર્ગથી ઘર્ષણ થાય તો તેમાંથી ખરી ચાંદી પણ થઇ આવે છે. કારણ કે પછી શરીરના દોષો તેને મળી જઇને ચાંદીનું સ્વરૂપ આપે છે.

(૨) કઠણુ ચાંદી

વેશ્યાગમન, કે રજસ્વલા સ્ત્રીગમન અથવા ગરમીના રેાગવાળી સ્ત્રી સાથેના સમાગમ પછી એકાદ અઠવાડીયામાં કઠણુ ચાંદી દેખાવ દે છે. શરૂઆતમાં ટાંકણીના મથાળા જેટલી ટાંકી કે ફેાલ્લો જણાય છે, અને પછી તેમાંથી ધીમે ધીમે ચાંદું પડે છે અને તેનેા આકાર પણ ગેાળ હેાય છે. તેમાંથી રસી ઝરે છે, થેાડા દિવસ પછી ચાંદીના મૂળ નીચે વેળ જેવું જણાય છે. ચાંદીની કિનારી ઉપસેલી, સખત અને જાડી હેાય છે.

આ ચાંદીનેા ચેપ બીજા સારા માણુસની ચામડીમાં દાખલ થવાથી તેને પણુ ચાંદીનેા રેાગ લાગૂ પડે છે એવી આ ચાંદી સખત ચેપી છે. આમાંથી બદ થઇ હેાય તેા તે જલદી ફુટતી નથી.

(૩) પ્રસરતી ચાંદી

પ્રસરતી ચાંદીની કિનારી ગેાળ હેાતી નથી, પણુ ખડબચડી હેાય છે અને તેમાંથી ગંધાતું પરૂ નિકળે છે તથા આસપાસની જગ્યા વધારે ઘેરાતી જાય છે. આમાંથી જો બદ થઇ હેાય છે તેા તે જલદી ફૂટે છે.

(૪) સડાવાળી ચાંદી

આ ચાંદીમાં પ્રથમ ચામડી સૂજી આવે છે અને લાલ થાય છે, અને પછી તાત્કાલિક સડવા માંડે છે. તેમાંથી નિકળતું પ્રવાહી પરૂ લાલાશવાળા રંગનું હેાય છે. આ સડેા વધતેા જઇ, પછી સડવા લાગી માંસના ટુકડા રૂપે બહાર પડે છે અને ગુપ્ત સ્થાનનેા કેટલેાક ભાગ ખવાઇ જાય છે. તેની સાથે તાવ, અનિદ્રા, બેચેની વગેરે દરદેા હેાય છે. આ ચાંદીમાં બદ થતી નથી.

ગમે તે પ્રકારની ચાંદી થઇ આવી હેાય પરંતુ દરદીએ તાત્કાલિક ચેતવું જોઇએ અને સાવધાનીપૂર્વક તેના ઉપચારેા કામે લગાડવા જોઇએ. ચાંદીનું વિષ પ્રથમ લેાહી સાથે મળી જઇને રક્તનેા

બિગાડ કરે છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો ઉપદંશના જંતુઓ લોહી સુધી પહોંચેલા હોય છે, તે અરસામાં સ્થાનિક અને શારીરિક ઉપચારો જો કામે લગાડવામાં આવે છે તો વ્યાધિ આગળ વધતો અટકે છે અને માંસ તથા અસ્થિ બગડતાં બચી જાય છે. સ્થાનિક ઉપચારોની જેટલા અંશે જરૂર છે તેટલા જ અંશે શરીરમાં લેવાની અર્થાત્ ખાવાની દવાની પણ જરૂર છે. કેટલીક વખતે માત્ર બાહ્ય ઉપચારોથી ચાંદી રૂઝાઇ ગયેલી માલૂમ પડે છે, જેને લઇ દરદી પરેજી પાળતો નથી તેમ જ દવા ખાતો નથી અને ભુલાવામાં પડી જવાથી તેના તરફ દુર્લક્ષ રાખે છે. પરંતુ આવી રીતે ઉપરથી રૂઝાયેલી ચાંદી ઘણી વખત માલૂમ ન પડે તેવી રીતે પોતાનું ઝેર શરીરમાં ફેલાવ્યે જાય છે અને કેટલીક મુદત પછી તે આખા શરીરમાં વિસ્ફોટક રૂપે ફૂટી નીકળે છે અથવા ગળામાં, સાંધાઓમાં, નાકમાં અને હાડકાંઓમાં પહોંચી જઇ, ત્યાં સડો ઉત્પન્ન કરે છે. માટે ચાંદીની શરૂઆતથી જ ખાવાના અને બહાર લગાવવાના ઉપચારો કામે લગાડવા જોઇએ.

આયુર્વેદ અને એલોપથી બન્ને શાસ્ત્રો ઔષધોપચારમાં લગભગ મળતાં છે. રક્તશોધક અને જંતુઘ્ન દવાઓની બન્ને શાસ્ત્રોમાં યોજના છે. ફરક માત્ર એટલો છે કે આયુર્વેદ વ્યાધિના મૂળને નાબૂદ કરી કાયમી રોગનિવારણ કરવાના કામે લાગે છે, જ્યારે એલોપથી વ્યાધિને દાબી દઇ પછી કાયમી ગુણ કરવા પ્રયત્ન કરે છે. દેશી ઔષધોપચારમાં પરેજી રાખવાની મહત્તા છે અને એલોપથી પરેજીને ગૌણ (નકામી) માને છે. પરંતુ અનુભવથી એ વાત ચોક્કસ થઇ છે કે ચેપી દરદવાળો જેટલો સંયમી અને જીભને વશ રાખનારો નીવડે છે તેટલો જ તે જલદી સારો થાય છે.

બાહ્યોપચાર

ચાંદીની શરૂઆત જણાય કે તુરત તે ભાગને હમેશાં સ્વચ્છ રાખવો જોઇએ, ચેપ બીજી જગ્યાએ ન ફેલાય તેની કાળજી રાખવી

જોઇએ, તેમ જ પોતાના દરદથી બીજાને નુકસાન ન થાય, અર્થાત્ અન્યને ચેપ ન લાગે તેની કાળજી રાખવી જોઇએ.

ધોવાનું પાણી નંબર ૧

મોરથુથુ તેા. ૧, ફટકડી તેા. ૨, કપુર તેા. ૨, ત્રણે વસ્તુને બારીક વાટી એક બાટલીમાં એક શેર પાણીમાં નાંખી મૂકવાથી લીલા રંગનું પાણી થશે. ચાંદીને ધેાવાની જરૂર જણાય ત્યારે ચેાખું પાણી એક શેર લઇ ઉપરના પાણીમાંથી એક તેાલા જેટલું પાણી નાંખી, ચાંદીને દિવસમાં બે ત્રણ વખત ધેાવાથી ચેપ અટકશે, ફેલાતી ચાંદી અટકશે, તેમ જ સેાજો આવ્યો હશે, ચામડી ખુલી જઇ કાપામાં ફાંસેા પડયેા હશે તે પણ આ પાણીથી રૂઝાઇ જશે. વિલાયતી અનેક દવાએા ધેાવાની આવે છે તે કરતાં આ ઉત્તમ બનાવટ છે, અનેક વખત વપરાયેલી અને સેંકડેા દરદીએા ઉપર અનુભવેલી છે.

ધેાવાનું પાણી નંબર ૨

કેલેામલ (અંગ્રેજી દવા) તેાલા અઢી, સુકેા ચુનેા તેાલા ૫, બાવળનેા ગુંદર તેાલા ૧૦.

ઉપરની ત્રણે વસ્તુને જુદા જુદા પાણીમાં પલાળવી. તેમાં બાવળનેા ગુંદર અને કળીચુનાનું પાણી જાડી છાશ જેવું કરી, કપડે ગાળી એકત્ર કરવું. અને પછી કેલેામલનું પાણી ડહેાળતા જવું અને પેલા પાણીમાં નાંખતાં જવું. કેલેામલ એકદમ પાણી સાથે મળતેા નથી પણ ધીમે ધીમે મળે છે. એ પ્રમાણે એકત્ર કરવાથી કાળા રંગનું પાણી થશે. આ પાણીને પણ ચાંદીને ધેાવાના ઉપયેાગમાં લઇ શકાય છે. બન્ને જાતનાં પાણી ઉત્તમ, જંતુઘ્ન, રેાપણ ગુણ ધરાવનારાં છે. છતાં ગુણમાં ઘણાં જ ચઢીયાતાં છે. આ બન્ને પાણીના કેાગળા પણ થઇ શકે છે અને એથી મેાઢામાં પડેલી ચાંદી રૂઝાઇ જાય છે.

ચાંદી ઉપર દાબવાની ભૂકી (બુકની) ૧

પીળી કોડીની ભસ્મ તો. ૦॥, જુની સોપારીનો કોલસો તો. ૦॥, સફેદ કાથો તો. ૧, શંખજીરૂ તો. ૦॥, કલાઇ સફેદો તો. ૦॥, બોદાર તો. ૦॥, કપુર તો. ૦॥.

ઉપરની સઘળી વસ્તુને ખૂબ બારીક ઘુંટી કપડે ચાળી રાખવી. અંદર કણી ન દેખાય તેવી બારીક કર્યા પછી જ કામમાં લેવી. ચાંદીવાળી જગ્યાને ઉપરના એકાદ પાણીથી ધોઇને આ બુકની દાબવી અથવા ગાયના ઘીને સો વખત પાણીથી ધોઇ અઢી રૂપીઆભાર ઘી હોય તો બુકની ૦॥ તોલો મેળવી મલમ બનાવવો અને એ મલમ ચાંદી ઉપર લગાવવો અથવા પટ્ટી મૂકવી.

બુકની નં. ૨

બાવળનાં પાતરાં તો. ૧, માયુંફળ તો. ૧, ચોખ્ખો કાથો તો. ૧, હીરાદખણ તો. ૧, બોદાર પથરી તો. ૧, રસકપુર વાલ ૧.

સઘળું મેળવી બારીક વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું અને ચાંદી ઉપર દાબવું અથવા ઘીમાં મલમ બનાવી લગાવવો.

મલમ

સીંદુર તો. ૧, કંપીલો તો. ૧, કોડીની ભસ્મ તો. ૧, કપુર તો. ૧, માણુસના હાડકાની રાખ તો. ૧, રસકપુર તો. ૦।. સઘળી વસ્તુ બારીક વસ્ત્રગાળ કરી, અઢી તોલા ગાયના ઘીને સો વખત પાણીથી ધોઇ, અંદર ઉપરની ભૂકી અર્ધો તોલો નાંખી મલમ ચાંદી ઉપર લગાવવો. તુરત રૂઝ વળે છે.

પ્રાથમિક ઉપચાર તરીકે ઉપરના ઉપચારો ઘણું સારૂં કામ કરે છે અને સાવધાનીથી સ્વચ્છતા જાળવી ઉપરના ઉપચારથી ચાંદી રૂઝાઇ જાય છે. છતાં ચાંદીની શરૂઆત જણાય ત્યારથી દરદીને ખાંડ, હીંગ, ચણા અને આદુ આ ચીજની સખ્ત પરેજી પળાવવી જરૂરની છે. પરેજી બાબતમાં ડોકટરો ભલે ન માનતા હોય પણ

ચાંદીનો દરદી પરેજી નથી પાળતો અને ઉપરની ચીજો ખાવાની ચાલુ રાખે છે તો તે ચાંદી રૂઝાતી નથી પણ પ્રસરતી જાય છે, સડે છે, પરૂ વધારે થાય છે અને બીજે ચેપ લાગે છે. માટે પરેજી શરૂ કરી પ્રથમ આયુર્વેદશાસ્ત્રનો પ્રસિદ્ધ પાઠ મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ સ્હવાર સાંજ આપવાનો શરૂ કરવો અને એની સાથે કીશોર ગુગળની બબ્બે ગોળી સ્હવાર સાંજ આપવી. આ પ્રમાણે ત્રણ માસ સુધી ક્વાથ અને ગોળી આપવાથી પ્રાથમિક અવસ્થાની ચાંદી રૂઝાઇ જશે અને એનું ઝેર શરીરમાં રહેવા નહિ પામે; તેમ જ જીંદગીમાં કોઇ પણ વખત ફરી કોઇ પણ રૂપમાં દેખાશે નહિ. જો પરેજી, બ્રહ્મચર્ય અને ઔષધ ઉપર પૂર્ણ કાળજી રાખશો તો જ લાભ થશે. આ ઉપચારો પ્રાથમિક અવસ્થાના છે. હવે પછી તેની બીજી અને ત્રીજી અવસ્થા માટે અમારો અનુભવ જણાવીશું.

卐

પ્રકરણ ૪૫મું

પ્રગતિમાન ઉપદંશ

ઉપદંશ–ચાંદીની બીજી અવસ્થા એને કહેવામાં આવે છે કે ચાંદી થયા પછી સ્થાનિક જગ્યા રૂઝાઇ ગઇ હોય છે; પરન્તુ શરીરના બીજા ભાગોમાં તેનું ઝેર ફેલાઇ જુદા રૂપમાં પ્રગટે છે. એ વિષયમાં આગળ વિવેચન થઇ ગયું છે. આ ચાંદીના વિષથી જાતભાતના એવા ઉપદ્રવો થાય છે કે અનુભવી અને બાહોશ ચિકિત્સક ન હોય તો તે જરૂર ભુલવામાં પડી જાય છે. ખાસ કરીને પહેલી નિશાની તરીકે શરીરની બધી ચામડી ઉપર કુષ્ટના રૂપમાં ફોલ્લીઓ અથવા અળાઇના દાણા જેવી ફુનસી થાય છે. ત્યાં દરદીને ચેળ આવે છે, ખણવાથી ચાંદી પડે છે, રૂઝાઇ જાય છે અને તે જગાએ કાળું ચાઠું અથવા ધોળું પડી રહે છે અને પછી એ ચાઠું જતું નથી.

ત્યારબાદ ધીમે ધીમે એમાંથી મોટાં ચાઠાં પડે છે અને તે આખા શરીર ઉપર વિષ્ફોટકના રૂપમાં પ્રકટે છે. એ દરમ્યાન ગુપ્ત ભાગ ઉપર પણ ફરી ચાંદી ઉબળી આવે છે, વૃષણ ઉપર પણ થાય છે અને દરદી વધારે મુશ્કેલીમાં મુકાઇ જાય છે. આ ચાંદીની બીજી અવસ્થા છે.

અને આ અવસ્થામાં કાળજીપૂર્વક કામ કરવામાં નથી આવતું, અર્થાત્ યોગ્ય ઔષધોપચાર અને પરહેજી નથી પાળવામાં આવતી તો પછી બીજીમાંથી ત્રીજી અવસ્થામાં પરિણમે છે. એથી સાવધાનીપૂર્વક ઉપચારો કરવા જોઇએ.

હવે બીજી અવસ્થાના ઉપચાર માટે બે માર્ગ છેઃ એક સરલ, સૌમ્ય અને કોઇ પણ દરદી પોતાના હાથથી ઉપચાર કરી શકે તેવો વનસ્પતિની દવાઓથી કામ લેવાનો. બીજો માર્ગ પારદ, હીંગળોક, રસકપુર, સોમલ જેવી ઝેરી ચીજોની બનાવટ વાપરી ઉપદંશની અસર નાબૂદ કરવાનો. આ બે માર્ગમાં પહેલો માર્ગ નિર્ભય છે છતાં બહુ લાંબા કાળ સુધી તેને વળગી રહી સંયમી બનવું પડે છે. તેમાં ધીરજ, શ્રદ્ધા અને ખંત જાળવવાનાં છે. બીજો માર્ગ ટુંકો, જલદી અસર કરનારો અને તાત્કાલિક ફાયદો આપનાર હોવા છતાં તે એટલો જ ભયંકર પણ છે. અને એ બીજા માર્ગે તો દરદીને કોઇ અનુભવી, ક્રિયાકુશળ અને સિદ્ધહસ્ત વૈદ્ય જ લઇ જઇ શકે. જરાક જેટલી દરદીની કે વૈદ્યની ભૂલ થતાં આ ઔષધો તોફાન મચાવી મૂકી, શરીર ઉપર ખરાબ અસર નીપજાવી, શરીર ઉપર ફુટી નિકળે છે; અને પછી લોકોમાં કહેવાય છે કે વૈદે દવા ખવરાવી અને તે ફુટી નિકળી! માટે અમો ખાસ ભલામણ કરીએ છીએ કે કોઇ પણ દરદી આવા રાસાયણિક ઉપચાર અમે અત્રે બતાવ્યા હોય, તેમ છતાં પણ પોતાના હાથથી તેનો પ્રયોગ કરે નહિ. કોઇ અનુભવી, ક્રિયાકુશળ વૈદ્યરાજની તેમાં ચોક્કસ સહાય લેવી.

(૧) ઉપદંશકહર કવાથ

ગોરખમુંડી તો. ૧૦, ગોખરૂ તો. ૨||, સારીવા તો. ૫, હરડે-દળ તો. ૫, આંબળાં તો. ૨||, બેડાં તો. ૨||, ગરમાળાનો ગોળ તો. ૫, મજીઠ તો. ૨||, ગુલાબનાં ફુલ તો. ૬, સુંઠ તો. ૨||, ઉનાબ તો. ૨||, ઝાઉએર તો. ૨||, ખડસર્લાયો તો. ૨||, કાળી દ્રાક્ષ તો. ૨||, કડુ તો. ૨||, લીમડાની છાલ તો. ૨||, ગુલરની છાલ તો. ૨||, બાવળની છાલ તો. ૨||, ગજપીંપર તો. ૨||, વરીયાળી તો. ૨||, કેસુડાં (ખાખરાના ફુલ) તો. ૨||, મીંઢીયાવળ તો. ૨||, બકાન લીમડાની છાલ તો. ૨||, શીતળ ચીની તો. ૨||, જીરૂ તો. ૨||, વડનાં પાતરાં તો. ૨||, પીપરનાં પાતરાં તો. ૨||.

ઉપરની દરેક વસ્તુ બતાવેલા વજન પ્રમાણે લઇ ખાંડી રાખવી. દરરોજ તેમાંથી ત્રણ રૂપીઆભાર લઇ સવાશેર પાણીમાં માટીના વાસણમાં ઉકાળો કરવો. દશ તોલા પાણી રહે એટલે ગાળી લઇ, તેમાંથી પાંચ તોલા સ્હવારમાં અને પાંચ તોલા સાંજે પીવું. આ ઉકાળાની સાથે અગાઉ ચામડીના વ્યાધિના વિષયમાં બતાવવામાં આવેલ 'ગંધક રસાયન' મીઠાના યોગથી બનતો શરૂ કરવામાં આવે અથવા પથ્યાગુગળની સ્હવાર સાંજ બબે ગોળી લેવામાં આવે, તો એ ક્રમ ત્રણથી પાંચ મહિના ચાલુ રાખવાથી ઉપદંશજન્ય વિકારો દૂર થઇ શરીર સુધરે છે, અથવા ઉપર બતાવેલા કવાથનો એકંદર એક મણ પાણીનો ઉકાળો કરી અરધો મણ બાકી રહેતાં તેમાંથી વરાળયંત્રથી ખેંચી લઇ અર્ક બનાવી તે દરરોજ બે વખત એકેક તોલો લેવામાં આવે તો પણ ઘણો સારો ફાયદો કરે છે. દરરોજ ઉકાળો કરવાની તકલીફમાંથી બચાય છે.

(૨) ઉપદંશહર સૂર્યતાપી કવાથ

મજીઠ તો. ૪, હરડે તો. ૪, બહેડાં તો. ૪, આંબળાં તો. ૪, કડુ તો. ૪, દારૂહળદર તો. ૪, ગળો તો. ૪, લીંમડાની છાલ તો. ૪.

ઉપરની વસ્તુ ખાંડી એક માટીના વાસણમાં નાંખી અંદર દશ શેર પાણી નાંખવું. બાદ તેના ઉપર ઢાંકણું ઢાંકી કપડાથી બંધ કરી છાપરા ઉપર અથવા અગાશી ઉપર જ્યાં તડકો આવતો હોય ત્યાં મૂકી રાખવું. તેમાંથી દરરોજ કપડેથી ગાળી પંદર તોલા પાણી લઈ લેવું અને તે માટલામાં નવું પંદર તોલા પાણી નાંખવું.

કાઢી લીધેલું પંદર તોલા પાણી દિવસમાં ત્રણ વખત પાંચ પાંચ તોલા, કીશોર ગુગળ અથવા પથ્યાગુગળની બબ્બે ગોળી સાથે પીવું. એક મહિનો એ જ પ્રમાણે પાણી લેવું, જેથી હમેશાં ઉકાળો કરવો નહિ પડે અને ગુણ રક્તશુદ્ધિ માટે સારો કરશે, ઉપદંશનું ઝેર શરીરમાંથી નાબૂદ કરી નવું લોહી બનાવશે. દર મહિને નવું માટલું અને નવી દવા શરૂ કરવી.

કીશોરગુગળ, પથ્યાગુગળ, અમૃતાગુગળ વગેરે આયુર્વેદ શાસ્ત્રની પ્રસિદ્ધ બનાવટો છે. વિસ્તારના ભયથી તેની બનાવટ અત્રે આપવામાં આવી નથી. પ્રસિદ્ધ વિશ્વસનીય ફાર્મસીઓમાં તૈયાર પણ મળે છે ત્યાંથી મગાવી લેવી.

(૩) ચોપચીની ચૂર્ણ

ચોપચીની તો. ૧૦, સાકર તો. ૪, પીપર તો. ૧, પીપરીમુળ તો. ૧, મરી તો. ૧, લવીંગ તો. ૧, અક્કલકરો તો. ૧, ખોરાસાની અજમો તો. ૧, વાવડીંગ તો. ૧, તજ તો. ૧.

સર્વ વસ્તુને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું સવાર સાંજ પાવલીભાર ગાયના દૂધ સાથે ફાકવું. તેલ, મરચું, ખટાશની પરહેજી કરવી. ઉપદંશ અને ઉપદંશજન્ય વ્યાધિમાં ચમત્કારિક કામ કરે છે. બે મહિના સુધી દરરોજ લેવું.

(૪) ચોપચીનો પાક

ચોપચીની તો. ૪૮, ગુલાબનાં ફુલ તો. ૫, સારીવા તો. ૫, મજીઠ તો. ૫, સરપંખાનાં મૂળ તો. ૫, અક્કલકરો તો. ૨, પીંપરીમૂળ તો. ૨, તજ તો. ૨, સાકર શેર ૨ાા.

સાકરની ચાસણી કરી બીજી દવાઓ ખાંડી અંદર નાંખી પાક તૈયાર કરવો. સવાર સાંજ એકથી બે તોલા ખાવો, પરહેજી તેલ, મરચું, ખટાશ, મીઠું બંધ કરવું, જેથી રક્તશુદ્ધિ થવા લાગી, શરીર ઉપરનાં વિષ્ફોટક નાબૂદ કરી કંચન જેવું શરીર બનાવે છે. ત્રણ મહિના ચાલુ રાખવું.

( ) **રક્તશોધક અરિષ્ટ**

કાંચનારની છાલ, ગોરખમુન્ડી, સરસની છાલ, અનંતમૂળ, કડુ, ભોરીંગણીનાં મૂળ, ઇંદ્રામણાંનાં મૂળ, ગળો, સરપંખો, બાવળની છાલ, સાલસા, એ દરેક ચીજ એકેક શેર, પાણી દોઢ મણ. પ્રથમ ઉપરની ચીજો અધખોખરી ખાંડી પાણીમાં ઉકાળો કરવો. પંદર શેર પાણી બાકી રહે ત્યારે નીચે ઉતારી તેની અંદર ધાવડીનાં ફુલ તો. ૫, લીંમડાનાં ફુલ તો. ૫, ભાંગરો તો. ૫, બાવચી તો. ૫, બનફસા તો. ૫, ચોપચીની તો. ૫, ચોખું મધ તો. ૪, ગોળ શેર ૨, દારૂડીનો રસ શેર ૫ નાંખી એક માટલામાં ભરી તેનું મ્હોં કપડમટ્ટી કરી ચાંદી લઇ એક મહિનો રાખી મૂકવું. ત્યારબાદ તેને ગળી લઇ એક બરણીમાં રાખી મુકવું. દિવસમાં બે વખત : દર વખતે અઢી તોલા તેટલા જ પાણી સાથે આપવું.

ઉપદંશજન્ય લોહીબિગાડ, વિષ્ફોટક, કુષ્ટ, મહાકુષ્ટ, ચામડીના રોગો, ખસ, ખુજલી વગેરેમાં અમૃત સમાન કામ કરનાર બજારૂ સારસાપરિલાથી પણ ચઢી જાય તેવી આ ઉત્તમ બનાવટ છે. પરહેજી કરી લાંબા દિવસ સેવન કરવાથી ઉપદંશનું ગમે તે સ્થાનમાં રહેલું ઝેર નાબૂદ થાય છે.

ઉપર બતાવેલા ઉપચારો હરકોઇ માણસ ભલે વૈદ્ય ન હોય છતાં સમજણપૂર્વક પોતાના હાથથી કરી શકે છે. એ ઉપચારોથી કોઇ પણ નુકસાન થવા સંભવ નથી, બલકે લાભ થાય છે. અને વળી મહિનાઓના મહિના સુધી ધીરજ રાખીને લીધા કરવાથી અચુક

લાભ થાય છે, શરીર કંચન જેવું નિર્વિષ બની ફરી ઉપદંશનો વ્યાધિ જણાતો નથી.

હવે પછી આપવામાં આવે છે તે બનાવટો કોઇ પણ માણસ સારા અને અનુભવી વૈદ્યની દેખરેખ અને કાળજી સિવાય વાપરી શકે નહિ. જો ઉપયોગ કરે તો તેને કદાચ ભારે મુશ્કેલી ઉભી થાય.

અનેક વખત આવા રસાયનના પ્રયોગો અમે અમારા હાથથી દરદીઓ ઉપર આપી જોયા છે અને એ એટલી ત્વરિત ગતિએ કામ કરે છે કે તેથી આશ્ચર્ય ઉપજે છે. સાત દિવસ, ૨૧ દિવસ કે ૪૦ દિવસની અંદર શરીર ઉપર અજબ ફેરફાર કરી, કલ્પનામાં ન આવે એવી રીતે શરીર ઉપરની ચાંદીઓ, સડો, ઇંદ્રિય સડવા લાગી ટુકડા થતા હોય, શરીરમાંથી ગંધાતું બદબોવાળું પરૂ વહેતું હોય, આખા શરીર ઉપર ચકામાં, ધાબાં, ફોલ્લાં એવી રીતે વધી પડયાં હોય કે કોઇ પાસે બેસવા ઇચ્છા પણ ન કરે, અને એમાંથી હાથપગનાં આંગળાં સડવા લાગી કોહવાટ વધી પડયો હોય–તેવા વ્યાધિમાં નીચે આપવામાં આવે છે એ પારદ, રસકપુર, દાલચીકનાના પ્રયોગો અજબ કામ કરી બતાવે છે. પરંતુ આ ઔષધોથી કામ લેવું તે કાળા નાગ સાથે રમત કરવાની હોય છે. મદારી જ નાગ સાથે ખેલ કરી શકે છે. માટે અનુભવી શાસ્ત્રીય વૈદ્ય સિવાય જેને તેને આ પ્રયોગો વાપરવાની સખ્ત મનાઇ કરવામાં આવે છે.

(૧) કેસરાદિ ગુટીકા

રસકપુર, કેસર, સાકર, સુખડને ઘસીને તૈયાર કરેલું ચંદન, લવીંગ અને જાવંત્રી.

આ દરેક વસ્તુ સરખા વજને લઇ ખરલમાં નાંખી પાણી સાથે મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી.

બે ગોળી સ્હવારે તથા બે ગોળી સ્હાંજે ઘીમાં લપેટી દાંતને ન લાગે તેવી રીતે ગળી જવી અને ઉપર મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ પીવો.

ખોરાકમાં ખટાશ, મીઠા કે મરચા વગરની મગની દાળ, ઘઉંની રોટલી, ભાત, આછા ગળપણવાળો સાકરનો શીરો, ઘીમાં તળેલી ઘઉંની પુરી, આ સિવાય કોઇ પણ જાતનો બીજો ખોરાક લેવો નહિ. કદાચ મીઠા વગર ન જ ચાલે તો સાધારણ સીંધાલુણ વાપરવું, પણ તે ન વપરાય તો જ વધારે સારૂં.

ગુણ—લોહીબિગાડ, ઉપદંશ, ચાંદી, સડો, વિષ્ફોટક, ગરમીથી થયેલો સંધીવા, ગુમડાં, વ્રણ, રોગ, કુષ્ટ, મહાકુષ્ટ, વગેરેને આ કેસરાદિ ગુટિકા સારાં કરે છે.

આ પાઠ શાસ્ત્રોક્ત છે. એટલે મોઢું આવવાની દહેશત નથી, તેમ જ એટલો બધો ચિંતા કરવા જેવો પ્રયોગ નથી. વૈદ્યોમાં છૂટથી વપરાય છે અને કામ ઘણું સારૂં કરે છે. છતાં તેમાં રસકપુર આવે છે માટે દરદી નિયમમાં રહી શકે તેમ હોય તો જ ઉપયોગ કરવો.

પ્રયોગ બીજો

રંડીબાજીથી કે ગરમાઇથી ચાંદી વધી પડી હોય અને નાસુર થઇ ગયું હોય, સડો કોઇ વાતે બંધ થતો ન હોય ત્યારે ઉપયોગમાં લેવાનો આ પાઠ છે

રસકપુર તો. ૧ તથા મુલતાની માટી તોલા ૪, બેઉ વસ્તુને બારીક વાટી પાણીમાં મેળવી અડદના દાણા જેવડી ગોળીઓ વાળવી. તે ગોળીમાંથી બબ્બે ગોળી દરરોજ સ્હવારમાં પાણી સાથે ગળવી. તે ઉપર પાકી આંબલી (દાળશાકમાં નાંખીએ છીએ તે) તાજી, મીઠા વગરની, પાણીમાં પલાળી તેને ચોળીને તેનો રગડા જેવો રસ બનાવી તેને કપડાથી ગાળ્યા વગર દરદીને પાઇ દેવો. તે ગોળી ખાધા પછી આખા દિવસમાં પાંચથી દશ રતલ સુધી આંબલીનું પાણી પેટમાં જવા દેવા છતાં રોગીના દાંત ખટાતા નથી, સાંધા કે હાડકાં દુઃખતાં નથી, રોગીને કંટાળો આવતો નથી, પણ તેને આંબલીનું પાણી પીવાનું મન થાય છે. આ ગોળી વધુમાં વધુ

૨૧ દિવસ ખવરાવી, તે પછી એ ગોળી બંધ કરી જેટલા દિવસ ગોળી ખવરાવી હોય તેટલા દિવસ, એટલે કે ગોળી ૨૧ દિવસ આપી હોય તો બીજા ૨૧ દિવસ દરરોજ દિવસમાં બે વાર એકવીશ પાંદડાં લીંબડાનાં લઇ, તેમાં પાણી નાંખી વાટી તેનો રસ કાઢી દરદીને પાવો.

આ ગોળી ખવાતી હોય અથવા ગોળી બંધ થઇ લીંબડો પીવાતો હોય ત્યાં સુધી રોગીએ દૂધ, ગળપણ અને ઘી બીલકુલ ખાવું નહિ. જો દૂધ ખાશે તો તેના શરીરમાં કંપવાયુ થશે, જો ગળપણ ખાશે તો ગળું બેસી જશે, જો ઘી ખાશે તો શરીરનો કોઇ પણ ભાગ રહી જઇ: લકવા જેવું થઇ જશે. માટે બુદ્ધિશાળી વૈદ્ય અને કહ્યાગરા દરદી સિવાય આ પ્રયોગ બીજાએ અજમાવવો નહિ.

પ્રયોગ ત્રીજો

રસકપુર તો. ૧, સોમલ તોલો ૧, દાલચીકના તો. ૧, હીંગળોક તો. ૧.

ચારે વસ્તુને સારી ખરલમાં નાંખી, ઉંચી જાતના બ્રાંડીમાં ચાર કલાક ઘુંટવું. બ્રાંડી નવો ઉમેરતાં જવું અને ઘુંટતા જવું. ઘુંટાયા પછી પાકી જાતની માટીના એક માટલાની અંદર આ દવા તળીએ ચોપડવી. એના ઉપર બીજું માટીનું સરખા ઘાટનું માટલું ઉંધું વાળી બન્ને માટલાંનાં મોઢાં ભેગાં કરવાં અને સાંધા ઉપર કપડું માટીમાં બોળી, વીંટાળી, ઉપર માટીનો લેપ કરવો કે જેથી માટલાની અંદરની હવા બહાર ન જાય.

ત્યારપછી દવા ચોપડેલા માટલાને ચુલે ચઢાવી નીચે તાપ શરૂ કરવો અને ઉપરના માટલા ઉપર પાણીનાં પોતાં મૂકતાં જવાં. આ પ્રમાણે ચારથી ૭ કલાક ચાલૂ રાખી, પછી ચુલામાંથી અગ્નિ કાઢી લઇ, માટલાંને ઠંડાં થવા દેવાં. ૭ કલાક ઠંડાં થયા પછી ધીમે રહી

ખોલી, ઉપરના માટલાના તળીએ લાગેલાં દવાનાં ફુલ લુછી લઇ લેવાં અને તેને વાટી શીશીમાં ભરી રાખવાં.

ચાંદીમાંથી થયેલા વિષ્ફોટકમાં ઇંદ્રિય સડવામાં, ચાંદી, ચાંદા કે શરીર ઉપર રોગ ફુટી નીકળી તલ મૂકવા જેટલી પણ જગ્યા ન હોય, ઉપદંશમાંથી શરીર ઝલાઇ ગયું હોય એટલે સંધીવા થયો હોય તેને માટે અકસીર છે.

પ્રમાણ—એક ચોખાપુર દવા, સાકરનો શીરો બનાવી તેના કોળીયાની વચમાં મૂકી, દાંતને ન લાગે તેમ ગળાવી દેવી. પ્રથમ ચાર દિવસ સ્હવારમાં એક વખત અને પછી સ્હવાર સાંજ બે વખત આપવી. ઘઉંની રોટલી, દૂધ, ભાત, ઘીમાં તળેલી પુરી કે કોઇ વખત સાકરનો થોડો શીરો–આટલા પદાર્થ સિવાય કોઇ પણ જાતનો ખોરાક આપવો નહિ. ચહા, બીડી કે કોઇ પણ જાતનું વ્યસન હોય તો તે બંધ કરાવવું. સાત દિવસ, એકવીશ દિવસ કે વધુંમાં વધુ ચાલીશ દિવસથી વધુ દવા ખવરાવવી નહિ, ખવરાવવાની જરૂર પણ રહેતી નથી. જેટલા દિવસ દવા ખાધી હોય તેથી બમણા દિવસ પરહેજી પાળવી, ત્રણ મહિના વાલ, વટાણા, વાલોળ, રીંગણાં અને તાંદળજાની ભાજી ખાવાં નહિ.

ગમે તેવો ઉપદંશનો ઉપદ્રવ ચમત્કારની માફક નાબુદ થાય છે. તાજી ચાંદી થયેલી હોય છે તો સાત દિવસમાં જ નાબૂદ થઇ જાય છે. આ માત્ર ઔષધ નહિ પણ અમૃત છે. છતાં બેવકુફી કરનાર કે બેદરકારના પ્રાણ લેવામાં તે ખરેખર હળાહળ ઝેર પણ છે.

卐

પ્રકરણ ૪૬મું
પાંત મુકાવવી

આગળ બતાવેલા ઉપદંશના વ્યાધિમાં રસકપુર વગેરેના પ્રયેાગેા ખાવાની દવાના છે. તે જ પ્રમાણે આ વ્યાધિની અંદર પારદની બનાવટને ચલમની અંદર પીવરાવી, ધુમાડી મારફત મેાઢું લાવીને પણ વ્યાધિ મટાડી શકાય છે. પરંતુ આ રીતે દરદી એટલેા હેરાન થાય છે અને તેનું મેાઢું એટલું સખ્ત આવી જાય છે કે તેનાથી પાણી પણ પી શકાતું નથી, અને પંદર વીશ દિવસ સુધી લાળ દડદડતી રહે છે તથા હેરાનગતિનેા પાર નથી રહેતેા. મેાઢું વાળવામાં પણ પુરી સાવચેતી અને અનુભવની જરૂર છે. અત્યારે દેશી વૈદકમાં મેાઢું લાવવાની હીમાયત ઘણા કરે છે અને તેથી દરદી મેાઢું લેવરાવે છે. એથી કેટલેક અંશે ફાયદેા પણ જરૂર થાય છે. છતાં આજના જમાનામાં આવા પ્રયેાગેા જંગલી પ્રયેાગેા ગણાય છે. એટલે એ તરફ અમે લક્ષ નથી આપ્યું. અમારી પાસે મેાઢું લાવવાના અને વાળવાના પ્રયેાગેા હેાવા છતાં એને અનુભવમાં નહિ મુકી શકવાને કારણે અમે અત્રે બતાવતા નથી. વળી જેમ, પારદની બનાવટ ખવરાવીને મેાઢું લાવે છે તેવી રીતે સાથળના મૂળમાં અને બગલમાં પારદ ચેાળીને પણ મેાઢું લાવી શકાય છે. તેમ જ શરીર ઉપર પારદની ધુમાડી આપીને પણ શરીરમાં પારદ દાખલ કરી શકાય છે. એ માટેની અનેક રીતેા પારદની બનાવટ શરીરમાં દાખલ કરવાની છે. તે બધાનું તાત્પર્ય એ છે કે ઉપદંશ-જનિત ઝેરને નાબૂદ કરવામાં પારદની બનાવટેા જેટલી સફળ નીવડી છે અર્થાત્ સીફીલીસના જંતુએાનેા પારદની બનાવટ જેટલી ત્વરિત ગતિથી નાશ કરે છે, તેટલી અસર બીજાં ઔષધેા કરતાં નથી. એલે પથીનું નં. ૬૦૬નું ઈંજેકશન પણ આવી જ બનાવટનું છે;

અને એ ઇંજેકશન પણ આ વ્યાધિને માટે પ્રમાણભૂત ગણાય છે. છતાં અનુભવની નજરથી કહેવું જોઇએ કે વનસ્પતિની દવાઓથી જો સારૂં થતું હોય તો રસબનાવટો તરફ ન જવું જોઇએ. પરંતુ આજનો પ્રવૃત્તિવાળો જમાનો જલદી સારૂં કરવા માગતો હોય છે, ત્યાં બાર બાર મહિના સુધી એક જ જાતના ઉકાળા કે એક જ જાતની ગોળી વાપરી રોગ મટાડવા માટે દરદી પાસેથી ધીરજની આશા રાખવી નકામી છે.

ઉપર બે અવસ્થાઓનું વિવેચન કર્યા પછી ઉપદંશની ત્રીજી અવસ્થા કે જેમાં દરદી છેલ્લી સ્થિતિ ઉપર હોય છે, અંગપ્રત્યાંગ વ્યાધિથી ઘેરાયેલાં હોવા ઉપરાંત, જીર્ણજ્વર, ખાંસી અને તેમાંથી શરીર ગળવા લાગી ક્ષય જેવી અવસ્થા ભોગવતો હોય છે, તે વ્યાધિમાં સારામાં સારો ઉપાય 'પાંત મુકાવવાનો' છે. તેની રીત નીચે મુજબ છે:

દરદીના ડાબા અથવા તો જમણા પગના ઢીંચણથી ચાર આંગળ નીચે બે નસોના તીરકસ વચ્ચે એટલે નળા તથા પીંડીની સંધીમાં હળદરનો સુકો ગાંઠીઓ સળગાવી દાબવાથી તે ભાગ દાઝી જઇને ફોલ્લો થાય છે. તે ફોલ્લા ઉપર સુતરની દડી આકડાના દુધમાં પલાળીને મૂકવી અને તેના ઉપર ગમે તે ઝાડનુ પાંદડું મૂકીને પાટો બાંધવો. એથી આઠ દિવસમાં તે જગ્યાએ દડી જેટલો ખાડો પડી જશે. જ્યારે બરાબર રીતે ખાડો પડી જાય ત્યારે પાટો છોડી તે ખાડામાં એક મીણની ગોળી મૂકીને ફરી પાટો બાંધવો અને ત્યારબાદ દરરોજ તે ગોળીને બહાર કાઢી ચાંદાને પાણીથી ધોઇ સાફ કરીને પાછી ગોળી એ ખાડામાં મૂકી તેની ઉપર ગમે તે ઝાડનું પાંદડું મૂકીને પાટો બાંધવો. આ પ્રમાણે ક્રિયા ચાલૂ રાખવાથી તે ખાડામાંથી વહેલામાં વહેલું આઠ દિવસે અને મોડામાં મોડું બાવીશ દિવસે પરૂ–લોહી નિકળવું શરૂ થશે અને તે પરૂ મારફત શરીરમાં રહેલું ઉપ-

દંશ–ચાંદીનું ઝેર નિકળવા માંડશે. જેમ જેમ ઝેર શરીરમાંથી ઓછું થતું જશે તેમ તેમ દરદીને આરામ થતો જઇ શરીર નિરોગી બનતું જશે. આ ક્રિયા બેથી ત્રણ મહિના સુધી ચાલુ રાખ્યા બાદ એમ જણાય કે હવે શરીરમાં ઉપદંશનું ઝેર રહ્યું નથી, એટલે દરરોજ જે મીણની ગોળી વ્રણમાં–ખાડામાં મૂકવામાં આવી હોય તે બંધ કરવાથી અને તે વ્રણને સાધારણ સાફ કરી પીંપરનું પાંદડું બાંધી બાંધવાથી રૂઝાઇ જાય છે. આ ક્રિયામાં પગની નસ પારખી કઇ જગ્યાએ વ્રણ ઉત્પન્ન કરવું તે તથા દરદી ઉપદંશના કારણે પીડાય છે કે કેમ તેનું નિદાન, એ બન્ને વાત બહુ કાળજી માગે છે. જો નિદાન કરવામાં ઉપદંશના કારણે દરદી રોગીષ્ટ ન હોય તેમ છતાં પણ જો ક્રિયા કરવામાં આવે છે તો લાભને બદલે હાની થાય છે. આ પાંત મૂકવાની ક્રિયા પોર્ટુગીઝ સરકારના દમણ ગામમાં ફીરંગી ડાકટરો સારી રીતે જાણે છે. અને એટલા માટે ત્યાં જઇ પાંત મુકાવી હોય તો આશાતીત લાભ થાય છે. એક કહેવત છે કે 'દેખાદેખી સાધે યોગ, પડે પિંડ કે વાધે રોગ.' એમ આવી ક્રિયાઓ અનુભવી હાથ કરી શકે છે, તેટલી માત્ર વાચનના આધારે થઇ શકતી નથી એ ખાસ ખ્યાલમાં રાખવું.

ઉપદંશ–ચાંદીનો વિષય ધારવા કરતાં લંબાયો છે, અને હજી પણ આ માટે વધારે વિવેચન, ઉપચાર અને સારવારની જરૂર આ વ્યાધિ માગે છે. કારણ કે ગરમીનાં ચેપી દરદોએ સમાજમાં ખૂબ ઉંડા પાયા રોપ્યા છે. એટલે એ માટે દરેક મનુષ્યને પુષ્કળ જ્ઞાન અને ભાન રહેવાથી તે વ્યાધિના પંજામાં સપડાતો બચી જાય છે.

આટલી બધી ભયની વાતો લખી, અમે વહેમ ઉત્પન્ન કરવા નથી માગતા. માત્ર દોરડાને સર્પ નહિ માની લેવાય, અને સર્પને સર્પના રૂપમાં પરખાય તેની જાણ અને સાવચેતી દેવા માગીએ છીએ. બાકી ગરમીનો રોગ થવાને લીધે મોટાં મોટાં ઇન્જેકશનોના ફંદામાં

અને એ ઈંજેક્શન પણ આ વ્યાધિને માટે પ્રમાણભૂત ગણાય છે. છતાં અનુભવની નજરથી કહેવું જોઇએ કે વનસ્પતિની દવાઓથી જો સારૂં થતું હોય તો રસબનાવટો તરફ ન જવું જોઇએ. પરંતુ આજનો પ્રવૃત્તિવાળો જમાનો જલદી સારૂં કરવા માગતો હોય છે, ત્યાં બાર બાર મહિના સુધી એક જ જાતના ઉકાળા કે એક જ જાતની ગોળી વાપરી રોગ મટાડવા માટે દરદી પાસેથી ધીરજની આશા રાખવી નકામી છે.

ઉપર બે અવસ્થાઓનું વિવેચન કર્યા પછી ઉપદંશની ત્રીજી અવસ્થા કે જેમાં દરદી છેલ્લી સ્થિતિ ઉપર હોય છે, અંગપ્રત્યાંગ વ્યાધિથી ઘેરાયેલાં હોવા ઉપરાંત, જીર્ણજ્વર, ખાંસી અને તેમાંથી શરીર ગળવા લાગી ક્ષય જેવી અવસ્થા ભોગવતો હોય છે, તે વ્યાધિમાં સારામાં સારો ઉપાય 'પાંત મુકાવવાનો' છે. તેની રીત નીચે મુજબ છે:

દરદીના ડાબા અથવા તો જમણા પગના ઢીંચણથી ચાર આંગળ નીચે બે નસોના તીરકસ વચ્ચે એટલે નળા તથા પીંડીની સંધીમાં હળદરનો સુકો ગાંઠીઓ સળગાવી દાબવાથી તે ભાગ દાઝી જઇને ફોલ્લો થાય છે. તે ફોલ્લા ઉપર સુતરની દડી આકડાના દુધમાં પલાળીને મૂકવી અને તેના ઉપર ગમે તે ઝાડનુ પાંદડું મૂકીને પાટો બાંધવો. એથી આઠ દિવસમાં તે જગ્યાએ દડી જેટલો ખાડો પડી જશે. જ્યારે બરાબર રીતે ખાડો પડી જાય ત્યારે પાટો છોડી તે ખાડામાં એક મીણની ગોળી મૂકીને ફરી પાટો બાંધવો અને ત્યારબાદ દરરોજ તે ગોળીને બહાર કાઢી ચાંદાને પાણીથી ધોઇ સાફ કરીને પાછી ગોળી એ ખાડામાં મૂકી તેની ઉપર ગમે તે ઝાડનું પાંદડું મૂકીને પાટો બાંધવો. આ પ્રમાણે ક્રિયા ચાલૂ રાખવાથી તે ખાડામાંથી વહેલામાં વહેલું આઠ દિવસે અને મોડામાં મોડું બાવીશ દિવસે પરૂ–લોહી નિકળવું શરૂ થશે અને તે પરૂ મારફત શરીરમાં રહેલું ઉપ-

દંશ-ચાંદીનું ઝેર નિકળવા માંડશે. જેમ જેમ ઝેર શરીરમાંથી ઓછું થતું જશે તેમ તેમ દરદીને આરામ થતો જઇ શરીર નિરોગી બનતું જશે. આ ક્રિયા બેથી ત્રણ મહિના સુધી ચાલુ રાખ્યા બાદ એમ જણાય કે હવે શરીરમાં ઉપદંશનું ઝેર રહ્યું નથી, એટલે દરરોજ જે મીણની ગોળી વ્રણમાં-ખાડામાં મૂકવામાં આવી હોય તે બંધ કરવાથી અને તે વ્રણને સાધારણ સાફ કરી પીંપરનું પાંદડું બાફી બાંધવાથી રૂઝાઇ જાય છે. આ ક્રિયામાં પગની નસ પારખી કઇ જગ્યાએ વ્રણ ઉત્પન્ન કરવું તે તથા દરદી ઉપદંશના કારણે પીડાય છે કે કેમ તેનું નિદાન, એ બન્ને વાત બહુ કાળજી માગે છે. જો નિદાન કરવામાં ઉપદંશના કારણે દરદી રોગીષ્ટ ન હોય નેમ છતાં પણ જો ક્રિયા કરવામાં આવે છે તો લાભને બદલે હાની થાય છે. આ પાંત મૂકવાની ક્રિયા પોર્ટુગીઝ સરકારના દમણ ગામમાં ફીરંગી ડાકટરો સારી રીતે જાણે છે. અને એટલા માટે ત્યાં જઇ પાંત મુકાવી હોય તો આશાતીત લાભ થાય છે. એક કહેવત છે કે 'દેખાદેખી સાધે યોગ, પડે પિંડ કે વાધે રોગ.' એમ આવી ક્રિયાઓ અનુભવી હાથ કરી શકે છે, તેટલી માત્ર વાચનના આધારે થઇ શકતી નથી એ ખાસ ખ્યાલમાં રાખવું.

ઉપદંશ-ચાંદીનો વિષય ધારવા કરતાં લંબાયો છે, અને હજી પણ આ માટે વધારે વિવેચન, ઉપચાર અને સારવારની જરૂર આ વ્યાધિ માગે છે. કારણ કે ગરમીનાં ચેપી દરદોએ સમાજમાં ખૂબ ઉંડા પાયા રોપ્યા છે. એટલે એ માટે દરેક મનુષ્યને પુષ્કળ જ્ઞાન અને ભાન રહેવાથી તે વ્યાધિના પંજામાં સપડાતો બચી જાય છે.

આટલી બધી ભયની વાતો લખી, અમે વહેમ ઉત્પન્ન કરવા નથી માગતા. માત્ર દોરડાને સર્પ નહિ માની લેવાય, અને સર્પને સર્પના રૂપમાં પરખાય તેની જાણ અને સાવચેતી દેવા માગીએ છીએ. બાકી ગરમીનો રોગ થવાને લીધે મોટાં મોટાં ઇન્જેક્શનોના ફંદમાં

નહિ ફસાવા દેતાં વિશ્વાસુ ભાઈઓને માત્ર ચોપચીની દરરોજ એક તોલો એક મહિનો એકલી ખવરાવીને પણ આ રોગ મટાડયો છે. અથવા સરપંખાનું (વગડામાં ઝિલટા જેવો છોડ થાય છે જેનું–પાન તોડવાથી સીધું નહિ તુટતાં તીરકસની માફક તુટે છે) મૂળ દરરોજ સવારમાં આખું એક છોડનું લાવી, સાફ કરી તેને દાતણની માફક ચવરાવી અને રસ પેટમાં ઉતરાવી–એમ આખું મૂળ ચાવી, રસ ઉતારી, કૂચો ફેંકી દેવાનો હોય છે–આ રીતે દવા કરી તદ્દન સારા કર્યા છે. તેમાં ખરચ મામુલી થાય છે, લાભ અનંતગણો છે. શરીર ઉપર નિકળેલા વિષ્ફોટકને એકલી ચારોળી પાણી સાથે વાટી શરીર ઉપર દરરોજ લગાડવાથી પણ ઘણો લાભ થાય છે, તેમજ ખાખરાના પાંદડાના દીંટાની રાખ અને દહીંનું પાણી લગાવવાથી પણ શરીર ઉપરનાં ચકામાં, ચાંદાં (ઉપદંશના) નાબૂદ થાય છે. ચંએલીના પાંદડાનો રસ અને ચણાનો લોટ પણ અનેક દરદીને ચોળવાથી વિષ્ફોટક મટયાના દાખલા મોજૂદ છે.

છતાં આવા ગરીબ પ્રયોગ, સાદા વૈદ્યો અને નિરાધાર આયુર્વેદ પદ્ધતિ તરફ આજે જનસમાજનું લક્ષ કેન્દ્રિત થતું નથી. સેંકડો નહિ, લાખો નહિ, કરોડો ગરીબ માનવીઓ સાધારણ મામુલી પ્રયોગોથી રાહત–આરામ મેળવે છે, નીરોગી થાય છે, જો કોઈ દફતર બનાવે તો એ બાબત ઇકરાર આપવા પણ હજારો માણસો તૈયાર છે; છતાં નથી કોઇની પીઠથાબડ કે નથી કોઈ માડીજાયો પૂત ! રાજા, મહારાજા અને ધનિકો જંગલમાં સુંદર સેંકડો પર્ણકુટીઓ બનાવી, વનસ્પતિગુણજ્ઞાતા, નિર્લોભી, અનુભવી વૈદ્યને રોકી, એક વિશાળ આયુર્વેદીક સેનેટોરીયમ તૈયાર કરે, જ્યાં કોઈ પણ જાતના ખોટા ભપકા સિવાય તાજી વનસ્પતિનાં ઔષધો, સાત્વિક આરવાર અને ગાયોનાં શુદ્ધ દૂધ મળતાં હોય, સાચી સુશ્રુષા થતી હોય, તો થોડા પરિશ્રમે કરોડો માણસો નિરોગી બને. આવી અનંત ભાવનાઓ અંતઃકરણમાં જાગીને નાશ પામી જાય છે. આજે એ

ભાવનાને ઝીલે એવો માડીજાયો પરોપકારી પૂત જોવામાં નથી આવતો.

આજે તો ક્ષયની ઇસપીતાલો ખોલવી છે. લોકો પાસેથી લાખ્ખોનાં ફંડ ઉઘરાવી, વિદેશથી નવાં નવાં યંત્રો મંગાવી, વિદેશી છાપના એમ. ડી. કે એફ. આર. સી. એસ.ને રોકી, દેશનો પૈસો પરદેશ રવાના કરવાની ધૂન દેશોદ્ધારકોને લાગી છે. તેમાં આ અવાજ તેમને ક્યાંથી અસર કરે ?

અહીં હું એક આપણા પ્રસંગને અનુરૂપ બને તેવો દૃષ્ટાંત તમારી સમક્ષ રજૂ કરૂં છું :

એક દરદી કોઇ વ્યાધિથી પીડાતો ખાટલાવશ થયેલો. તેમાં વળી એક દિવસે વ્યાધિએ હુમલો કર્યો અને ઘરના ગભરાયા. દોડાદોડી થઇ પડી. કોઇ કહે વૈદ્યને બોલાવો, કોઇ કહે દાક્તરને બોલાવો. જેમ બને એમ જલ્દી દરદીને રાહત મળે, આરામ થાય એવો આશય હતો. ઘણા પરિચારકો હતા અને ઘરનો સુખી માણસ હતો. એટલે તેની કાળજી રાખનાર પણ ઘણા હોય. એક ભાઇ નજીકમાં જ રહેતા વૈદ્યને બોલાવવા દોડી ગયો, ત્યારે બીજો ડાકટરને બોલાવવા દોડયો. પાએક કલાકમાં તો એક તરફથી વૈદ્યરાજ ખાસો ખેશ ખંભે નાંખી, ચાંદીની મૂઠવાળો ધોકો હાથમાં લઇ આવી પહોંચ્યા, અને બીજી જ ક્ષણે કોટપાટલુનમાં સજ્જ થયેલા, હાથમાં નેતરની સોટી ને ખીસામાં લટકતી રબરની નળી (સ્ટેથેસ્કોપ) સાથે ડાકટર સાહેબ પધાર્યા. વૈદ્ય અને ડાકટર સાહેબ બન્નેનો ભેટો દરદીના ખાટલે થયો.

અને કોણ જાણે કેમ, બન્નેએ દરદીને તપાસવાની શરૂઆત એક સાથે જ કરી. એકે નાડી ઝાલી, બીજાએ રબરની નળી લગાવી. એક ધણીની બે શોકયોની માફક વચમાં ખાટલે દરદી તથા એક ઇસ પાસે વૈદ્ય અને બીજી બાજુ ડાકટર !

ડાક્ટર—કેમ વૈદ્યરાજ! શો રોગ પારખ્યો? આંગળાના કાનમાં નાડીની જીભે કાંઇ કહ્યું કે નહિ?

વૈદ્ય—જરૂર. શાસ્ત્રના અભ્યાસથી અને અનુભવના જ્ઞાનથી આંગળાના કાનમાં એ અવાજ આવે છે કે દરદીના અપાનવાયુએ પ્રકોપ પામી સમાનને પદભ્રષ્ટ કર્યો છે. એટલે શરીરમાં અને નાડીમાં વાત બળવાન થઇ રહ્યો છે. પણ તમે કહેશો કે આ શો વ્યાધિ છે?

ડાક્ટર—ઉંહ! વાતપ્રકોપ અને બાતપ્રકોપ! દરદીના હ્રદય ઉપર દબાણ થઇ રહ્યું છે, તે તમે નથી સમજતા અને 'શાસ્ત્ર યું કહેતા હે!' નકામા ખોટે રસ્તે જાઓ છો!

વૈદ્ય—અરે મારા મહેરબાન! ખોટો રસ્તો એટલે તો આયુર્વેદ શાસ્ત્ર અને એના સિદ્ધાંત ઉપર આક્ષેપ તે જ. તમે આજકાલના બે ત્રણ વરસ કોલેજમાં જઇ આવ્યા અને પૂંછડું વળગાડી ડાહ્યા થઇ ગયા! તમને વ્યાધિના નિદાનનું જ્ઞાન શું?

ડાક્ટર—અને તમને! તમારૂં આયુર્વેદ શાસ્ત્ર જોયું! એ શાસ્ત્ર અવૈજ્ઞાનિક છે. તેમાં કોઇ ખાસ સિદ્ધાંત જ ન મળે. તોલ, માપ, પ્રમાણ, બનાવટ, કશાનું ઠેકાણું નહિ. આ તે થીયેરી કે હંબગ?

વૈદ્ય—હંબગ! અહા! આયુર્વેદ કે જેણે હજારો વર્ષથી હિંદની રક્ષા કરી અને તમને ય ગળથુથીમાં મરીના બે દાણા ને લીમડાની બે ટીસીઓ પાઇ મોટા કર્યા તે હંબગ! અને તમારૂં તે વૈજ્ઞાનિક! ખબર છે ને, બંગાળાના સુપ્રસિદ્ધ શરદબાબુ બિમાર પડયા. તમારા વૈજ્ઞાનિક શાસ્ત્રના ધુરંધરોએ વ્યાધિનું નિદાન કર્યું મેલેરીયા! અને પછી માંડયું કવીનાઇન આપવા! તાવ ન ગયો એટલે વિજ્ઞાને પાસું બદલ્યું અને ઠરાવ્યો ડીસપેપ્સીયા! પછી ઇંજેકશનનો મારો ચાલુ થયો. વ્યાધિ વધ્યો અને વિજ્ઞાને આંખ ખોલી જણાવ્યું કે કેન્સર છે! છેવટે શરદબાબુ સ્વર્ગે સિધાવ્યા. નહિ તો તમારૂં વિજ્ઞાન કેટલાય નવા વેશ પહેરત અને ઉતારત.

ડાકટર–બહુ થયું વૈદરાજ! તમે મારૂં અપમાન કરો છો!

વૈદ્ય–અને તું આજકાલનો છોકરો ફાવે તેમ મોઢે ચડે છે!

ડાકટર–આ સોટીથી હું બદલો લઇશ.

વૈદ્ય–મેં પણ આ ડંડો તારા જેવા માટે જ રાખ્યો છે.

ડાકટર–ડોસા! તારૂં મોત ભમે છે.

વૈદ્ય–અને તારો પ્રાણ લેવાને હું તૈયાર છું.

દરદી–ખામોશ, સ્વનામધન્ય નારાયણસ્વરૂપ પૂજ્ય વૈદ્યરાજ, અને શ્રીમાન કીર્તિવંત ડાકટર સાહેબ! જરા મારૂં પણ સાંભળી લેવા કૃપા કરશો? જો આપ અરસપરસ એકબીજાના પ્રાણ લઇ લેશો તો પછી મારો પ્રાણ કોણ લેશે? માટે પ્રથમ મારી વેતરણ કરી લ્યો. જો આપ બેઉમાંથી એક પણ જીવંત નહિ હો તો મારો પ્રાણ જરૂર રહી જશે.

ડાકટર–અને તમારો પ્રાણ જો મારા હાથથી જશે તો પણ તમને એથી લાભ જ છે. કારણ કે તમારા વિમાનાં નાણાં પતાવવા મારૂં સરટીફીકેટ ખાસ જરૂરી છે. તેમાં આ વૈદ્ય કાંઇ કરી શકે નહિ, સમજ્યા! હું પાસ થયેલો ડાકટર છું.

આ દૃષ્ટાંત વિષે આથી વિશેષ કશું લખવાની કે એવી પરિસ્થિતિ ઉપર કશી પણ ટીકા કરવાની જરૂર લાગતી નથી.

卐

પ્રકરણ ૪૭મું

અંડવૃદ્ધિ

અંડવૃદ્ધિ અથવા વૃષણવૃદ્ધિ એ પુરૂષોને એક દુઃખ આપનારૂં દર્દ છે. તે જ્યારે થઇ આવે છે ત્યારે દરદી આકળવિકળ થઇ જાય છે અને વેદનાથી હેરાન પરેશાન થતો જોવામાં આવે છે. અંડવૃદ્ધિ શાથી થાય છે? અપાનવાયુનો ધર્મ હમેશાં નીચે સરવાનો છે. અર્થાત્ પેદા થયેલો અપાન ગુદાદ્વારે થઇને બહાર સરી જાય છે. પરંતુ એ અપાનનો જ્યારે અતિયોગ થાય એટલે હદ ઉપરાંત અપાન પેદા થવા લાગે છે ત્યારે જેમ ગુદા દ્વારે અપાન જાય છે તેવી જ રીતે ક્યારેક બસ્તીની અંદર અપાન પ્રવેશ કરીને, પુરૂષના વૃષણની વીર્યવાહિની અને જળવાહિની નસો અતિ સ્ત્રીસંગના કારણે અથવા અત્યંત ગળ્યા, ખાટા, ખારા, તીખા પદાર્થોના સેવનના કારણે નબળી બની ગયેલી હોય છે તેમાં પ્રવેશ કરી, સાથે દોષોને લઇ અંડસંધીને રસ્તે વૃષણમાં ઉતરે છે, અને તેથી વૃષણ પોતાનું મૂળ કદ છોડી મોટો થવા લાગે છે.

આયુર્વેદ શાસ્ત્ર અંડવૃદ્ધિના સાત પ્રકાર દેખાડે છે. વાત, પિત્ત, કફ, એ ત્રણ દોષથી ત્રણ પ્રકાર, રક્તથી, મેદથી (ચરબીથી), પાણી ભરાવાથી, આંતરડાંમાંથી–આમ સાત જુદા જુદા પ્રકાર બતાવ્યા છે. તેના જેમ જુદા જુદા પ્રકારો છે તેમ તેની વેદના, આકાર, અને વૃષણની અંદર ફુલવાથી જમા થતો અથવા ભરાતો પદાર્થ પણ જુદો હોય છે.

છતાં એટલું જાણવાનું ચોક્કસ મળ્યું છે કે વાતપ્રધાન પદાર્થોનું વિશેષ સેવન કરનાર, એશઆરામથી ગાદી ઉપર પડી રહેનાર, જે પ્રદેશમાં દાળ, ભાત, શાક, વાલ, વટાણાં, ભજીયાં, પાતરાં, ચવાણું, જુંસું અને ભેળને ટેસ્ટથી આરોગનાર માણસો છે તે પ્રદેશમાં આ વ્યાધિ

વધુ જોવામાં આવે છે. કારણ કે ઉપરના બધા પદાર્થો વાયુનો પ્રકોપ કરી અપાનમાં વધારો કરે છે. એ વધુ પ્રમાણમાં થયેલો અપાન સીધા રસ્તે પસાર થઈ જાય તો તો કોઈ વાંધો નથી, પણ અપાન જો આડે માર્ગે ગયો તો વૃષણવૃદ્ધિ ઉપર જોર કરે છે, અપાન જો ઉંચે ચઢયો તો કાળજું ફફડે છે, એથી ઉંચે ગયો તો હૃદય ધબકે છે અને તેથી ઉપર ગયો તો મગજ ફેરવે છે. તોય પણ સરાણે સજાવેલી જીભવાળા સ્વાદિયાઓ ટેસ્ટથી ખાવાનું છોડતા નથી! એમના ભાણામાં જેટલી ચીજો વધતી જાય તેટલી ઓછી પડતી જાય છે. રાજા એક અને પ્રધાન પંચોતર! જમવામાં રોટલી એક અને તે એક રોટલીને ખાતર દાળ, કઢી, ઓસામણ, શાક, કઢોળ, પાપડ, ભજીયાં, ઢોકળાં, રાયતું, ચટણી, અથાણું, કચુંબર, લીંબુ, આદુ, હળદર, મરચાં, કેરી, કરમદાં, ગુંદાં, આદિ જેનો પાર જ નહિ!

મારે ત્યાં મજુરીએ આવતો એક મજુર મેં જોયો છે, પોષ મહિનાની કડકડતી ઠંડીમાં મારાં મકાન ચણવાની માટી ખુંદવા એ આવતો અને સવારના નાસ્તામાં ફાટેલા કોટના ગજવામાં બંને બાજુ બબ્બે રોટલા જુવારના ટુકડા કરી ભરી લાવે. જ્યારે સુખીઆઓ શાલદોશાલા ઓઢી હાથ પગ અને કાનનું રક્ષણ કરવા ઢાંકતા હોય ત્યારે આ મજુર માટીનો ગારો બનાવે અને ખુંદે. ગારો ખુંદતો જાય, ગજવામાંથી રોટલાના ટુકડા એ આરોગતો જાય. મીઠાનું પાણી નાંખી બનાવેલાં કેવળ જુવારના રોટલા સાથે એને નહિ અથાણાની જરૂર કે નહિ શાકની. કોણ જાણે ક્યાં એ રોટલા ચાલ્યા જાય! અને કામ પૂરૂં કરી એ ભૂખ્યો ડાંસ જેવો ફરી ઘેર જાય, છાશની તાંસળી, પત્થર ઉપર વાટેલાં મરચાં અને જુવારનો રોટલો ચઢાવી, ફરી જાણે સવાશેર ઘી ખાતો હોય એવા તેજસ્વી ચહેરે કામે લાગે. એને ન થાય અંડવૃદ્ધિ, ન આવે નપુંસકતા કે ક્ષય; જ્યારે શરીરનું જતન કરતા ઉજળા બુદ્ધિમાનો એક પણ દિવસ દવાની બાટલી અને પડીકાં ન છોડે!

અંડવૃદ્ધિમાં જુદા જુદા દોષો હોય છે. તો પણ દરેકમાં વાયુનું પ્રધાનપણું હોય છે અને બીજા દોષ સાથે નથી મળ્યા હોતા તો તે અંડકોષ રબરના ફુગ્ગા જેવો નરમ હોય છે અને તેને દબાવવાથી તે બેસી જાય છે અને ફુલે છે, છતાં દુઃખાવો રહે છે. જો વાયુ સાથે પિત્ત ઉતર્યું હોય છે તો તે અંડકોષ રંગે રતાશ પડતો, વધારે બળતરાવાળો, જલદી પાકી જાય તેવો અને વેદનાયુક્ત હોય છે, અગ્નિની માફક તણખા નાંખે છે અને ઝીણી ઝીણી ઉપર ફોલ્લીઓ જણાય છે. રક્તપ્રધાનમાં પિત્તપ્રધાનનાં જ લક્ષણ જણાય છે, માત્ર ફોલ્લીઓ હોતી નથી અને જે અંડકોષમાં કફપ્રધાન કે ચરબીની વૃદ્ધિ થવા લાગી હોય છે તે અંડ પોચો, સુંવાળો, આકારમાં ગોળ હોય છે. જે અંડવૃદ્ધિમાં પાણી ઉતર્યું હોય છે તેનો આકાર પખાલ જેવો, અથવા વેંગણ (વંતાક)ની માફક લાંબી આકૃતિ હોય છે અને દુઃખાવો ઓછો જણાય છે. અને જે માણસ જમ્યા પછી તુરત પાણીમાં ડુબકી મારે છે, પોતાનાથી બળવાન પ્રાણીને રોકે છે, બહુ વજનદાર વસ્તુ ઉંચકે છે, શક્તિ ઉપરાંત વધારે મુસાફરી પગે ચાલીને કરે છે, વીર્ય રોકવાની ખોટી રૂકાવટવાળી દવાઓ ખાય છે, જે અપાનને કબજે રાખે છે, તે માણસને એવાં કારણોએ કોપાયમાન થયેલો વાયુ નાનાં આંતરડાંનો સંકોચ કરી, તેનો એક ભાગ નીચે ખેંચી લાવી, અંડવૃદ્ધિ કરે છે અથવા સારણગાંઠ પેદા કરે છે.

અને આ પ્રમાણે ઉતરેલા આંતરડાથી પેદા થયેલ અંડવૃદ્ધિમાં વૃષણ સુધી લાંબી મોઇ જેવો આકાર અથવા સોજો જણાઇ આવે છે.

અંડવૃદ્ધિ જણાય કે તુરત ડાકટર પાસે દોડી જવાથી ઘણી વખત લાભને બદલે નુકસાન સેંકડોને થતું જોયું છે. વ્યાધિ સાધારણ સ્વરૂપમાં હોય અને પછી વિશેષ રૂપ પકડી પીંછામાંથી કાગડો થઇ જાય છે. માટે મહેરબાની કરી વ્યાધિ ન થાય તે તરફ વળો, જો એમ ન બને અને વ્યાધિ થાય તો ગભરાઓ નહિ, ખોટી

દોડાદોડ કરો નહિ, અને વહેમાઓ નહિ કે તમને એથી મહા વ્યાધિ થઇ જવાનો છે!

અંડવૃદ્ધિ જેવું જણાય તો પ્રથમ ખોટા ખોરાકનો ત્યાગ કરો અને સુંઠનો ઉકાળો બનાવી તેની સાથે એરંડીયાના તેલનો જુલાબ લઇ લ્યો. પછી બીજે દિવસે સ્હવારથી જ શિર્ષાસન શરૂ કરો. વૃષણમાં સાધારણ પીડા જણાતી હોય તો તમાકુનું લીલું અથવા સુકું પાતરૂં ગરમ કરી વૃષણ ઉપર બાંધી ઉપર લંગોટ કસો, વાયુ કરનારા કઠોળ વગેરે બંધ કરો અને શિર્ષાસનનો અભ્યાસ દરરોજ વધારતા જાઓ, એટલે તમોને અંડવૃદ્ધિ થતી અટકશે, હશે તે બેસી જશે અને ફરી નહિ થાય. શિર્ષાસન અંડ-વૃદ્ધિમાં એક ચમત્કારિક અને અજબ ઉપાય છે. એથી જૂનાં અંડ-વૃદ્ધિનાં દરદો નાબૂદ થયાં છે. તો પછી તાત્કાલિક અથવા શરૂઆ-તમાં જ જો શ્રદ્ધા રાખી અભ્યાસ વધારવામાં આવે તો જરૂર સોએ સો ટકા દર્દ આગળ વધતું અટકે છે અને નાબૂદ થાય છે.

છતાં એ દરદ નાબૂદ ન થાય તો શેરી લોબાન તો. ૧, રેવં-ચીનો શીરો તો. ૧, ગુજર તો. ૧ એળીયો તો. ૧, બોળ તો. ૧.

ઉપરની વસ્તુ ખાંડી, તેમાંથી થોડો ભૂકો લઇ પાણીમાં ખદખદાવી તેનો સાધારણ ગરમ ગરમ, અંડ ઉપર જાડો લેપ કરી ઉપર રૂ મૂકી લંગોટ કસવાથી અને આ લેપ થોડા દિવસ ચાલુ રાખવાથી અંડવૃદ્ધિ નાબૂદ થાય છે. તેની સાથે ખાવા માટે નીચેની દવા ચાલુ કરવી :

અંડવૃદ્ધિહર ગુટિકા—

શુદ્ધ પારદ તો. ૧૦, શુદ્ધ ગંધક તો. ૧૦, સુવર્ણમાક્ષિક ભસ્મ તો. ૨૦, અને હીમેજ તો. ૪૦.

પ્રથમ પારદ ગંધકની કજલી કરી ત્યારબાદ સઘળી વસ્તુ એકત્ર કરી એરંડાના રસમાં ત્રણ દિવસ ઘુંટી તેની ચણાના દાણા જેવડી

ગેાળી વાળવી. દિવસમાં બે વાર અથવા ત્રણ વાર બબ્બે ગેાળી પાણી સાથે ગળવી. કબજીયાત જણાય તેા રાત્રે સુતી વખતે પાવલીભાર ફાકી મારવી. આ ગેાળી ખાવાથી અને ઉપરનેા લેપ મારી શિર્ષાસન શરૂ કરવાથી આશાતીત લાભ થાય છે અને અંડવૃદ્ધિ નાબૂદ થાય છે.

પિત્તપ્રાધાન્ય અંડવૃદ્ધિમાં એટલે કે જે અંડ લાલ થઇ ગયેા હેાય, બળતરા થતી હેાય, તણુખ મારતી હેાય, ઉપર લાલ ઝીણી ઝીણી ફેાલ્લીએા જણાતી હેાય, તેમાં બીજો કેાઇ લેપ નહિ લગાડતાં સારૂં ગુલાબજળ અને ગુલે-અરમાની (એક જાતની માટી) મેળવી લીલું સુકું લગાવ્યા કરવાથી તેનેા સેાજો ઉતરી જાય છે, બળતરા બંધ થાય છે. પરંતુ જો પાક ઉપર ચઢેલું હેાય છે તેા ગુલાબ-જળ અને ગુલે-અરમાનીથી જ એક જગ્યાએ મેાઢું થઇ ફુટી જાય છે. ફુટયા પછી તેના ઉપર તલનું તેલ શેર એક, ઉંચી જાતનું ચેાખું સીંદુર શેર ૦।। અને મીણ તેા. ૫ લઇ, પ્રથમ તેલને ગરમ મૂકી બરાબર ગરમ થાય એટલે તેની અંદર સીંદુર નાંખી, ધુમાડા નિકળવા લાગે એટલે નીચે ઉતારી, મીણ નાંખી, ધીમે ધીમે હલા-વવાથી નરમ મલમ બનશે. આ મલમની પટ્ટી પાકીને ફૂટેલા વૃષણ ઉપર મારવાથી રૂઝ આવી જશે.

જો વૃષણ ફુલવાની સાથે તેમાં જુદી ગાંઠ જણાતી હેાય અને અંદર દરદ થતું હેાય તેા તેના ઉપર કાળી દ્રાક્ષને બારીક વાટી તેની પટ્ટી મારવાથી ગાંઠ જલદી પાકી ફુટી જાય છે, અને ફુટયા પછી આગળ બતાવેલ સીંદુરવાળા મલમની પટ્ટી મારવાથી રૂઝાઇ જાય છે.

આંતરડું ઉતરવાથી થતી અંડવૃદ્ધિ માટે એલેાપથીના ડેાકટરેાએ પટ્ટો શેાધી કાઢયેા છે. એ સિવાય બીજો ઉપાય એમને જણાયેા નથી, અથવા એાપરેશન કરી આંતરડું ઉતરવાના માર્ગને તેએા બંધ

કરે છે. પરંતુ દેશી ઉપચાર તરીકે આંતરડું ઉતરવાની શરૂઆત થાય ત્યારે ચેતી જઇને સ્હવારસાંજ અરધો અરધો તોલો મેથી-દાણા (દાળ શાક વઘારવામાં વપરાય છે તે) પાણી સાથે ચાવ્યા સિવાય ગળી જવામાં આવે અને લાગઠ ત્રણ મહિના સુધી દરરોજ એ રીતે મેથીદાણા ગળવા ચાલુ રાખે તો ફરી જીંદગીમાં આંતરડું નીચે ઉતરતું નથી. ઉપલક દૃષ્ટિએ આ ઉપાય સાધારણ જણાય છે પરંતુ તે ભારે ચમત્કારિક છે.

અથવા જે અવસ્થામાં આંતરડું ઉતર્યું હોય તે અવસ્થામાં સાવ-ધાની રાખી, અફીણ બે આનીભાર બે તોલા પાણીમાં પીગળાવી દરદીને પાઇ દેવામાં આવે–એક જ વખતમાં તો તે જ વખતે આંત-રડું પોતાના સ્થાનકમાં બેસી જાય છે અને ફરી જીંદગીમાં ઉતરતું નથી. દરદી બૂમાબૂમ પાડતો અને દુઃખથી રીબાતો તે જ વખતે બંધ થાય છે. પરંતુ આ ઉપાય સાધારણ માણસે કરવા જેવો નથી. કારણ કે અફીણ ઝેર છે અને એનું ઘેન ચઢે છે; અને આ પ્રમાણે અફીણનું ઘેન જણાય તો હિંગનું પાણી બનાવી પાવાથી ઘેન ઉતરી જાય છે. છતાં અફીણવાળો ઉપાય વિદ્વાન અને બુદ્ધિમાન વૈદ્ય સિવાય બીજા કોઇએ અજમાવવો નહિ.

વૃષણમાં ચરબી ભરાવા લાગે છે ત્યારે વૃષણ ખાસ દરદ નથી કરતો પણ મોટો થવા લાગે છે અને એ એટલે સુધી વધે છે કે નાળીયેરના કદથી માંડી ગટકુડાના જેવડા વૃષણવાળા શેઠીઆઓ જોયા છે. આવા વૃષણવ્યાધિમાં ડાકટરો ઓપરેશન કરે છે, જેમાં સેંકડે પાંચ સુધરે છે અને પંચાણુંના જીવ ઓપરેશનની સાથે જાય છે. કદાચ જીવ ન ગયો તો ઓપરેશન કર્યા પછી એ જગ્યા રૂઝાતી નથી. અને તેમાંથી નાડીવ્રણ થઇ દરરોજ પરૂ આવ્યા કરે છે. આ જાતના વૃષણવ્યાધિમાં શરૂઆતમાં જ ઉપચારો કામે લગાડે તો વૃષણ આગળ વધતો અટકે છે. ખોરાકમાં નિયમિતપણું, શિર્ષાસન અને બ્રહ્મચર્ય જેવા સાદા ઉપચારો ઉપર ધ્યાન આપવાથી કેટલીક

વખત શરૂઆત થઇ હોય તો પણ નાબૂદ થઇ જાય છે. પરંતુ અમુક કદ સુધી વધી ગયા પછી તે તદ્દન નાબૂદ થતો નથી.

અમે સાંભળ્યું છે કે અમુક વર્ષ પહેલાં કોઇ સાધુ એક ચમત્કારિક દવા જાણતો હતો અને વૃષણ ઉપર દવા લગાવી ત્રણ જ દિવસમાં, પાણીમાં મૂકવાથી માટીનો પીંડો જેમ ઓગળી જાય તેમ, ગમે તેવા મોટા થયેલા વૃષણને ઓગાળી અસલ સ્થિતિમાં લાવી મૂકતો અને એ થી પાંચ હજાર રૂપીઆ લેતો. છતાં આ ઉપાય તે કોઇને બતાવતો નહિ.

સાંભળેલી વાત સત્ય માની લઇએ તો દિલગીરી એ થાય છે કે આવા ઉપાયો જેને સાધ્ય થયેલા છે તેઓ જગતના ભલાની ખાતર કોઇને નહિ બતાવતાં પોતે મરતાં સાથે લઇ જાય છે અને પોતાના જ્ઞાનનો વારસો બીજાને આપતા નથી. એને લઇ આજે હિંદની કેટલીક અમૂલ્ય વિદ્યાઓ નાશ પામી છે. પ્રભુ આવા સિદ્ધહસ્તપ્રયોગો ધરાવનારને સદ્‌બુદ્ધિ આપે કે જેથી તેઓ પોતાનું જ્ઞાન ખુલ્લા દિલે બીજાને બતાવતા થાય.

અંડવૃદ્ધિ માટે નીચેના ઉપચારો પણ ઘણી વખત બહુ સારૂં કામ કરે છે, અને તે નિર્ભય છે; જેથી દરેકને અજમાવી લાભ ઉઠાવવા અમે ભલામણ કરીએ છીએ :

(૧) શીલારસ તો. ૧, તમાકુનો રસ તો. ૧, એરંડાનો રસ તો. ૧, જરા ગરમ કરી અંડ ઉપર લગાવી ઉપર રૂ મૂકી લંગોટ મારવો.

(૨) 'નાહીકંદ' નામનો એક કંદ થાય છે જે સુરત જીલ્લામાં મળે છે તેને ઘસી ચોપડવાથી ચરબી ઉતરવાથી થયેલી વૃષણવૃદ્ધિ નાબૂદ થાય છે.

(૩) મરેલો 'કાચીડો' (એક જાતનું પ્રાણી) લઇ તેની સંપુટમાં રાખ બનાવી એ રાખને મધ મેળવી પીંછી વડે વૃષણ

ઉપર લગાવી રૂ મુકી પાટા બાંધવાથી આંતરડું ઉતરતો વૃષણવૃદ્ધિનો રોગ નાબૂદ થાય છે.

(૪) હાથીઆ થોરને લાવી ઉપરથી કાંટા વગેરે કાઢી નાંખી, બાફી, અંદર હળદર, મીઠું નાંખી ગરમ ગરમ વૃષણ ઉપર બાંધવાથી અંડવૃદ્ધિ મટે છે.

(૫) સોનાગેરૂ, આંબળાં, રેવંચીનો શીરો, આંબાહળદર, લોદર, એ વસ્તુને ખાંડી લીલી હળદરના રસમાં વાટી લેપ કરવાથી પણ અંડવૃદ્ધિ મટે છે.

ઉપરના પ્રયોગો અમારા અજમાવેલા છે. જ્યાં એક પ્રયોગ કામ નથી કરતો ત્યાં બીજો પ્રયોગ કરે છે. માટે અંડવૃદ્ધિવાળાએ જરૂર ઉપયોગ કરી લાભ ઉઠાવવો.

卐

પ્રકરણ ૪૮મું

મૂત્રકૃચ્છ

પ્રમેહનો રોગ થયા પછી તેની બરાબર ચિકિત્સા કરવામાં ન આવે અને દરદીની ઉતાવળને લઇને કે વૈદ્ય, ડાકટર તરફથી પોતાની આવડત દેખાડવા ખાતર રસકપુર, મોરથુથુ જેવાં દ્રવ્યો આપી પ્રમેહને દબાવી દેવામાં આવે તો તેમાંથી પ્રમેહ દબાઇ જઇ, **પ્રમેહ-પીટિકા** ઉત્પન્ન થાય છે, એટલે પ્રમેહનું દુષિત વિષ શરીરમાં રહેલાં એકસો ને સાત મર્મસ્થાન પૈકી સંધિમર્મ, શિરામર્મ અને માંસમર્મ એટલે સાંધાઓમાં, શિરાઓમાં અને માંસમાં દશ જાતની ગાંઠો ઉત્પન્ન કરે છે. તે કેટલીક ફોલ્લીઓના રૂપમાં હોય છે. અને કેટલીક ઉપર ફોલ્લી અને નીચે ગાંઠના રૂપમાં હોય છે. આના જુદા જુદા દસ ભેદો છે. તેના ગુણ-લક્ષણ ઉપરથી 'સરવિકા'થી માંડીને

'વિદ્રથી' સુધી દશ પ્રકાર બતાવ્યા છે. પ્રમેહમાં જેમ વાત પિત્તાદિ ભેદો કલ્પેલા છે તેમ પીટિકામાં પણ તેના જુદા જુદા ભેદ હોય છે.

આ ગાંઠો અથવા ફોલ્લીઓ સાથે તરસ, ઉધરસ, માંસનો સંકોચ, મોહ, હેડકી, મદ, જ્વર, ઇત્યાદિ લક્ષણો હોય તો દરદીને બચાવવાની આશા રાખવી નહિ અને ઉપચાર કરવા પણ નકામા છે; પરન્તુ ઉપરના ઉપદ્રવો ન હોય અને માત્ર સાંધામાં કે શિરાઓમાં ગ્રંથી જણાય તો તેની ઉપર કોઇ પણ જાતના ચીકાશવાળા મલમપટ્ટા કે લેપ નહિ કરવા, પરંતુ એવા દીરદીને ઝાડા ઉલટી થાય તેવું ઔષધ આપવું જોઇએ. એના માટે 'નાહીકંદ' નામની વનસ્પતિ થાય છે, જેનો વેલો ગીલોડીને મળતો હોય છે અને તેના ઉપર મરચાં જેવાં ફળ બેસે છે, તે વેલાના મૂળને નાહીકંદ કહે છે. તે કંદમાંથી બે વાલ જેટલો કંદ ગોળ સાથે મેળવી ગોળી કરી દરદીને ખવરાવવી. એથી ઝાડા ઉલટી થવા લાગશે અને બે પાંચ ઝાડા ઉલટી થઇ જાય પછી તેને બંધ કરવા હોય ત્યારે ઘી તોલા ૩ અને એલચીના દાણા નંગ ૧૦ વાટી, ઘી ગરમ કરી પાઇ દેવાથી ઉલટી ઝાડા બંધ થઇ જશે. આવી રીતે ઉલટી ઝાડા (વમન વિરેચન) કરાવવાથી પ્રમેહ પીટિકાનું મેદસ્થાનમાં રહેલું ઝેર નાબૂદ થઇ જશે. બાદ પ્રમેહ પીટિકાની ગાંઠ ઉપર નાહીકંદને પાણીમાં ઘસી ચોપડવો. ત્રણ દિવસ સુધી ચોપડવાથી ગાંઠ વેરાઇ જશે અથવા ગુલેઅરમાની અને ગુલબજળ લીલું સુકું ચોપડયા કરવું. એ ન મળે તો ગોરમટી માટી અને સાદું પાણી મેળવી ચોપડવાથી અને લીલું સુકું રાખવાથી પણ ગાંઠ ઓગળી જાય છે. ઉપર 'નાહીકંદ' પાવાનો બતાવ્યો છે તે જે દરદીને પાવામાં આવે તેને તેલ, મરચું અને હિંગની સખત પરેજી કરાવવી. એટલે એ ખાવાં ન આપવાં, એટલું જ નહિ પણ મરચાં અને હિંગનો વઘાર થતો હોય તે ઘરમાં દરદીને રાખવો પણ નહિ. નહિતર રોગીનું ગળું બંધ થઇ જશે. એનું વારણ ઘી અને એલચી છે. ઉપરાઉપરી પાવાથી મટી જશે.

આ નાહીકંદ બહુ ચમત્કારિક વનસ્પતિ છે. અંડવૃદ્ધિમાં ચરબી ખરાબ હોય તેને પણ ગાળી નાંખે છે, તેમજ પગ ઉપર હાથીપગો નામનો રોગ માંસ વધવાથી કે રસ ઉતરવાથી થાય છે તેને પણ મટાડે છે. પરંતુ એ દર્દો ફરી ઉભળી આવે છે. એટલે કાયમને માટે અસર કરી શકે એવો ગુણ તેમાં નથી.

એવી જ રીતે જનનમાર્ગની સાથે સંબંધ ધરાવતો મૂત્રકૃચ્છનો વ્યાધિ છે. કુદરતી રીતે પેશાબની હાજત થતાંની સાથે ધારબંધ પેશાબ થઈને હાજતનો પૂરતો નિકાલ થઇ જવો જોઇએ. તેના બદલે મૂત્રકૃચ્છના વ્યાધિવાળાને પેશાબ ટીપેટીપે ઘણી વખત ઉતરે છે. આ વ્યાધિ થવાનાં ઘણાં કારણો છે. પરંતુ શક્તિ ઉપરાંત કસરત કરવાથી. તિક્ષ્ણ ઔષધ ખાવાથી, લૂખ્ખા શુષ્ક પદાર્થ ખાવાથી, દરરોજ મદિરા-દારૂ પીવાથી, હમેશાં ઘોડા ઉપર કે સાયકલ ઉપર બેસી વધારે પડતી મુસાફરી કરવાથી, જળ ઉપર ઉડનારા પક્ષીઓનું માંસ ખાવાથી, માછલાંનો વધારે પડતો આહાર કરવાથી અને જમ્યા ઉપર ફરીથી જમવાથી-આવાં કારણોને લઇને ત્રણ દોષના ત્રણ, સન્નિપાત ચાર, શલ્ય પાંચ, મળ છ, વીર્ય સાત અને પથરી આઠ એમ આઠ પ્રકારના મૂત્રકૃચ્છના ભેદ બતાવ્યા છે.

અપાનવાયુ, ક્લેદન કફ અને પાચક પિત્તનો હીન, મિથ્યા અને અતિયોગ થવાથી વાયુ મૂત્રાશયમાં જઇ મૂત્રને વહેનાર, ધારણ કરનાર અને માર્ગ આપનાર સ્નાયુનાં શ્રોત્રોને સૂકવી મૂત્રના માર્ગને રોકે છે અને તેથી પીડા સાથે રહી રહીને થોડો પેશાબ થાય છે, તેને મૂત્રકૃચ્છ કહે છે.

મૂત્રાઘાતના વ્યાધિમાં એકદમ પેશાબ આવતો અટકી જાય છે. આ વ્યાધિના નિદાનકારોએ એના તેર પ્રકાર જણાવ્યા છે. પરંતુ આ વ્યાધિ પેશાબની હાજત રોકવાથી અથવા પેશાબની હાજત

પુષ્કળ હોય તેવી અવસ્થામાં સ્ત્રીસંગ કરવાથી, સંભોગકાળમાં મૂળ સ્થાનેથી વીર્ય સ્ખલિત થઇ જવા છતાં સંભોગનો ટાઇમ લંબાવવા ખાતર વીર્યને રોકવાથી, મળની હાજતને પરાણે રોકવાની ટેવ પાડવાથી, પથરી આડે આવવાથી અથવા તિક્ષ્ણ પ્રમેહ થવાથી થાય છે.

મૂત્રકૃચ્છના વ્યાધિવાળાએ ઉપચાર કરતાં પહેલાં સ્ત્રીસંગ ઉપર કાબુ રાખવો; અને ક્ષાર ગુણવાળાં શાકભાજી તથા પદાર્થો વધારે લેવાં જોઇએ. દરરોજ જમ્યા પછી સોડા બે વાલ પાણી સાથે મેળવી પી જવાની ટેવ પાડવી અને એસીડવાળા (આમ્લ) પદાર્થ ઓછા લેવા જોઇએ.

મૂત્રકૃચ્છહર ક્વાથ—

ગોખરૂ તો. ૧, ખાખરાનાં ફુલ (કેસુડાં) તો. ૧, હરડે તો. ૧, બેડાં તો. ૧, આંબળાં તો. ૧, વડની કુણી વડવાઇ તો. ૧, દારૂહળદર તો. ૧, મોથ તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, તેને ખાંડી જાડો ભૂકો કરવો.

દરરોજ એ ભૂકો તો. ૨, પાણી તો. ૨૦માં ઉકાળો કરી, પાંચ તોલા રહે એટલે ગાળી અરધો સવારે અને અરધો સાંજે આપવો.

મૂત્રકૃચ્છહર ગુટિકા—

આંબળાં તો. ૨, એલચી તો. ૨, જેઠીમધ તો. ૧, વસ્ત્રગાળ કરી વરીયાળીના ઉકાળામાં ત્રણ દિવસ ઘૂંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી. દિવસમાં ત્રણ વખત બબે ગોળી દુધ સાથે આપવી.

પ્રમેહના વિષયમાં બતાવેલી ચંદ્રપ્રભા ગળોના પાણી સાથે ત્રણ મહિના નિયમિત લેવાથી મૂત્રકૃચ્છ મટે છે.

મૂત્રકૃચ્છહર ચૂર્ણ

તરબુચનો મગજ, ચીભડાનો મગજ, કાકડીનો મગજ, ગોખરૂ, જવખાર, સફેદ કાથો, જવાસો, પાષાણભેદ, હીમજી હરડે.

સરખા વજને લઇ, ખાંડી, વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી, સ્હવાર સાંજ લીલી ગળોના પાણી (રસ) સાથે આપવાથી મૂત્રકૃચ્છ મટે છે.

મૂત્રાઘાત—પેશાબ જ્યારે બંધ થઇ જાય છે ત્યારે ડાકટરો પેશાબની નળી મૂકી પેશાબ છુટ્ટો કરે છે. આ નળી (કેથેટર) જો કે અમુક વખતે બહુ ઉપયોગી નીવડે છે, પરંતુ દરેક અવસ્થામાં કેથેટર મૂકવી એ હિતકારી નથી. કેટલીક વખતે કેથેટર મૂકનારની બિનઆવડતને કારણે કે મૂત્રનળીમાં સોજો હોવાને કારણે નળીમાં ક્ષત થઇ આવે છે, અને એકમાંથી બીજી પીડા ઉત્પન્ન થાય છે. માટે જ્યાંસુધી બીજા ઉપચારોથી પેશાબ છૂટો થતો હોય ત્યાંસુધી નળી ન મૂકવી એ વધારે હિતકારી છે. કેથેટર મૂકવી, ઇંજેકશન મૂકવું, દાંત કાઢવો, અથવા નસ્તર ચલાવવું એ બધી ક્રિયાઓમાં અનુભવથી વાકેફ બનેલા હાથો જેટલું સરસ કામ કરે છે તેટલા નવી ડીગ્રી લગાવી આવેલા કરી શકતા નથી. અને એવાઓ અનુભવ મેળવતાં દરદીને દુઃખ અવશ્ય આપે છે.

જોયું છે કે ડાકટરો પાસે વરસોથી કામ કરતા કંપાઉન્ડરો એટલી સફાઇ અને સહેલાઇથી દાંત કાઢી નાંખે છે તેમજ ઇંજેકશન આપી દે છે કે દરદીને લેશ પણ ઇજા થતી નથી કિંવા પાછળથી શોષવું પડતું નથી; જ્યારે તાજા ડાકટર સાહેબો તો દરદી ઉપર હાથ પડયો એટલે જાણે યમરાજના અનુચર!

મૂત્રરેચ—

સુરોખાર, ફુલાવેલી ફટકડી, રેવંચીની ખટાઇ, પાષાણભેદ, ચીનીકબાવા, એલચી, સાકર, સોનાગેરૂ, સર્વે સમાન ભાગે લઇ બારીક ચૂર્ણ કરવું. અરધો શેર પાણી તથા અરધો શેર દૂધ ભેગું કરી તેમાં અરધો તોલો ઉપરનું ચૂર્ણ નાંખી એક વાસણમાંથી બીજા વાસણમાં ઉંચેથી ધાર કરવી. એવી રીતે એકસો વખત ધાર કરી દરદીને પાઇ દેવાથી પેશાબ છુટવા લાગે છે અને પુષ્કળ છુટે છે. કટકે કટકે આવતો પેશાબ અથવા આગ બળવી વગેરે દર્દ નાબુદ થાય છે.

દહીંની બનાવેલી છાશ શેર અરધો અને ફુલાવેલો ટંકણખાર વાલ ૧ મેળવી પાઇ દેવાથી પણ પેશાબ છુટે છે.

અથવા 'હજરતહાઉ' નામનો અરબસ્તાનથી ખારેક બોર જેવો પત્થર આવે છે તે ચોખાના ધોવરામણમાં બે વાલ જેટલો ઘસી પાવાથી પેશાબ છુટે છે અને એ જ પત્થર, નાના બાળકનો પેશાબ બંધ હોય તો તેમાં પેઢા ઉપર ચોપડવાથી પેશાબ છૂટે છે. અથવા 'પેદૂબજાર' નામનો લીલા રંગનો પત્થર આફ્રિકા તરફથી આવે છે, જેનું બીજું નામ 'પાઉડર' પણ કહે છે. તે પત્થરને ચોખાના ધોવરામણ સાથે ઘસીને પાવાથી પેશાબ છૂટે છે અને એ પત્થર મધ સાથે ઘસી ચટાડવામાં આવે તો છાતીએથી પડતું લોહી બંધ થાય છે. વળી ઉંદરની લીંડીયો વાટી દુંટીની આસપાસ ભરવાથી પણ પેશાબ છૂટે છે અથવા પાણીની અંદર થતી શેવાળ નામની વનસ્પતિ પેઢા ઉપર બાંધવાથી પેશાબ છૂટે છે. દરદીને ગરમ પાણીમાં કમરબુડ બેસાડવાથી પેશાબ છૂટે છે અથવા એંજીનની સ્ટીમ જ્યાં થતી હોય તે ઠેકાણે એક જાતનો ક્ષાર બાઝે છે તે ક્ષાર બે વાલ જેટલો પાણી સાથે પાઇ દેવાથી પણ પેશાબ છૂટે છે.

આ બધા ઉપચારો બધી જાતના મૂત્રાઘાત ઉપર કામ કરે છે અને અટકેલો પેશાબ છોડે છે. પરંતુ પથરીના કારણે પેશાબ અટકાયો હોય છે તો ઉપરના ઉપચારોથી છૂટતો નથી પણ નીચેનો ઉપચાર પથરીના કારણે અટકેલો પેશાબ છોડી પથરીને ઓગાળી પેશાબ મારફત કાઢી નાંખવામાં અકસીર નીવડેલો છે.

ચોમાસામાં ડાંભો અથવા કાંટાળો ડાંભો એ નામની વનસ્પતિ થાય છે અને હિંદના બધા પ્રદેશમાં તે થાય છે. સંસ્કૃતમાં એને મારિષ, હિંદીમાં મરસા, મરાઠીમાં પાઢાચી ભાજી કહે છે. દોઢથી અઢી ફુટ ઉંચાઇનો છોડ થાય છે. લીલાં જાંબુડી ઝાંઇ લેતાં પાન તથા પીળાં ફુલ થાય છે અને પાંદડાના મૂળમાં કાંટા હોય છે અને તે શાકભાજીમાં વપરાય છે.

આ કાંટાળા ડાંભાને મૂળ સુદ્ધાં ઉખેડી લાવી, છાંયે સૂકવી તેને બાળીને રાખ બનાવવી અને એ રાખના વજનથી સોગણું પાણી મેળવી, કલાઇવાળા વાસણમાં ભરવું તથા આખો દિવસ પલાળી રાખવું. દિવસમાં પાંચ દશ વખત એ પાણીને હલાવવું. ત્યારબાદ બીજે દિવસે એ વાસણમાંથી ઉપરનું નીતર્યું પાણી વાસણને જરા પણ હલાવ્યા સિવાય બીજા વાસણમાં લઇ લેવું અને એ નીતર્યા પાણીને ચૂલે ચઢાવી બાળવું. પાણી બળી ગયા પછી પાછળ સફેદ ધોળા રંગનો જે ક્ષાર રહે તે વાટી એક બુચવાળી બાટલીમાં ભરી રાખવો. બીજું નીચેનું શરબત બનાવી લેવું.

તુખ્મ કાસની, ખરબુજા, તુખ્મ કદ્દુ, કાકડી એ દરેક વસ્તુ ૦ા તોલો. કાસનીની જડની છાલ, ખતમીનાં બીજ, ગુલગાવ જબાન, જેઠીમધ, જટામાંસી, બનફસાંનાં ફુલ એ દરેક ત્રણ આનીભાર, કાળી દ્રાક્ષ એક તોલો.

ઉપરની વસ્તુ ત્રણ શેર પાણીમાં પલાળી રાખવી. બીજે દિવસે તેને ઉકાળવું. વીશ રૂપીઆભાર સાકરની એકતારી ચાસણી બનાવી રાખી મૂકવું.

પથરીથી જે દરદી પીડાતો હોય, પેશાબ ન છુટતો હોય તેવા દરદીને એક રૂપીઆભાર શરબત અને એક વાલ ઉપરનો ક્ષાર મેળવી બે રૂપીઆભાર બીજું પાણી નાંખી પાઇ દેવું, જ્યારે દરદ સખત રૂપમાં હોય ત્યારે કલાકે કલાકે દવા આપવી. અને ત્યારપછી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવાથી દરદ નાબૂદ થાય છે. પથરી ટુકડા રૂપમાં થઇ બહાર નીકળી જાય છે. અને પથરી સિવાય મૂત્રકૃચ્છ, મૂત્રાઘાત, મૂત્રાવરોધ જેવા બધા વ્યાધિઓ નાબૂદ થાય છે, આ કડાકુટવાળો પ્રયોગ છે છતાં અત્યંત ઉપયોગી અને જશમાન અપાવે એવો ઉપાય છે.

卐

પ્રકરણ ૪૯મું

હરસ-મસા

મનુષ્યના મૂળદ્વાર-ગુદામાર્ગમાં થતો હરસ-મસાનો વ્યાધિ જુગજૂનો છે. લોકોમાં એવી વાયકા છે કે એ વ્યાધિ આગળના જમાનામાં તો માત્ર રાજામહારાજા અને શેઠીયા-શાહુકારને જ થતો; પણ સાંપ્રત સમયમાં હરસ-મસા અમુક માણસને થાય એવું ખાસ રહ્યું નથી. આજે તો હરસ-મસાથી પીડાતા હજારો નહિ લાખો માણસો જોવામાં આવે છે. છતાં અનુભવથી એ વાત ચોક્કસ નિર્ણયવાળી જણાઇ છે કે ગાદીતકીયા ઉપર બેસી રહી કામકાજ કરનારને, ખુરસી ઉપર નિરૂપાયે આઠ દસ કલાક બેસી રહેવાની નોકરી કરનારને, ફરવા જવાનો જેને અવકાશ નથી છતાં ખાવામાં જેમને તેલ, મરચાં, મસાલા, રાઈતાં, પાપડ અને ચટણીઓ ખાસ જોઇએ જ છે તેમને હરસ-મસા જરૂર થઇ આવે છે. હરસ-મસા જણાતાં પ્રથમના લક્ષણ તરીકે કબજીયાત લાગૂ પડે છે અને ત્યારપછી અપાનવાયુ (ગેસ) પેટમાં પેદા થવા લાગી, ખોરાકની અદ્દહજમી પેદા થાય છે. પેટમાં ગડગડાટ, મોઢામાં મોળ, પેટમાં બોજા જેવું લાગવું, ગુદાદ્વારમાં ચળ આવવી અથવા દબાણ થવું એ હરસ થવાનાં પ્રાથમિક લક્ષણો છે. આયુર્વેદ શાસ્ત્રકારોએ હરસ-મસા છ પ્રકારના બતાવ્યા છે. વાત, પિત્ત, કફ, ત્રિદોષ, લોહીથી, અને વારસામાં—એ છ જાતના હરસ હોવા છતાં તેને બે ભાગમાં વહેંચી શકાય: **ખૂની અને બાદી.** અને આ બે પ્રકારના હરસ લોકોમાં ખૂની અને બાદીના પ્રચલિત નામથી ઓળખાય છે. જો કે એ બન્ને જાતના હરસના દેખાવમાં ખાસ ફેર નથી પરંતુ તેનાં લક્ષણોમાં ફેર છે. ખૂની હરસ ભરાય છે અને ફૂટે છે. જ્યારે ભરાઇને ફુટે છે ત્યારે રતલબંધી લોહી હરસ વાટે બહાર પડી, દરદી અશક્ત, થેથરાએલ ચહેરાવાળો અને ફીકો પડી જાય છે. હરસ ફુટયા પછી સ્થાનિક જગ્યાની

પીડા નરમ પડી જાય છે, પણ શરીરમાં જાણે જ્વર, કમતાકાત, પાંડુતા, બદહજમી રહ્યા કરે છે. બાદી હરસ ફુટતા નથી, તેમજ તેમાંથી લોહી પડતું નથી; પરંતુ જ્યારે એ ભરાય છે ત્યારે સખત પીડા ઉત્પન્ન કરે છે. દુઃખાવો થાય છે, ભાલાની માફક ખુંચે છે અને દરદીને અસહ્ય વેદના પેદા કરે છે.

હરસ ગુદાદ્વારથી માંડી સફરા સુધીના રસ્તામાં થાય છે. એ રસ્તામાં ત્રણ વળી અથવા સ્થાન છેઃ પ્રથમ વળી એ ગુદાનું મુખ-દ્વાર છે, બીજી વળી એ અરધા ઇંચ ઉપર આવેલો ભાગ છે અને ત્રીજી વળી છેક છેડા ઉપરના ભાગને કહે છે. પહેલી વળીમાં થયેલા હરસ સાધારણ રીતે જોઇ શકાય છે અથવા આંગળીના સ્પર્શથી જણાય છે. બીજી વળીના હરસ ઝાડે જતી વખતે બહાર આવે છે ત્યારે જણાય છે. ત્રીજી વળીમાં થયેલા હરસ જણાતા નથી પણ અંદર રહીને પીડા ઉત્પન્ન કરે છે. એટલે જ પહેલી વળીમાં થયેલા હરસ જલદી મટે છે, બીજી વળી માંહેના ખાસ મહેનતે મટી શકે છે અને ત્રીજી વળીમાં થયેલા હરસ મટવાનો અસંભવ મનાય છે. હર-સની આકૃતિ એક સરખી હોતી નથી. બિલાડીના આંચળ જેવા, બોરના ઠળીયા જેવા કે મગફળીના દાણા જેવા આકારના હરસ જોવામાં આવે છે.

જેમ આપણા શરીરના બાહ્ય ભાગ ઉપર મસા થતા જોઇએ છીએ તેવી જ રીતે ગુદાની અંદરની કોમળ વળીવાળા ભાગ ઉપર ઉષ્ણ, ગરમાગરમ ખોરાક ખાવાથી, તેમજ ગુદાદ્વાર ઉપર બેસી રહી ઘણો કાળ વિતાવવાથી, શરીરમાં ફરતા લોહી પર દબાણ રહે છે અને ઉપરથી તીખા તમતમા ખોરાકની અસર થાય છે. એથી અંકુરો રૂપે હરસ પેદા થાય છે અને અગાઉ જણાવ્યા પ્રમા-ણેનાં લક્ષણો જણાવા લાગે છે, અજ્ઞાન દરદીને શરૂઆતમાં તો હરસની ખબર પણ હોતી નથી કે આને હરસ કહી શકાય, પણ

જ્યારે તેનું પૂરૂં જોર પ્રગટે છે, એકાદ વખત લોહી પડી જાય છે કે પીડા પેદા થાય છે, ત્યારે જ પોતાને હરસ થયાનું ભાન થાય છે, અને તે તપાસ કરે છે અથવા કરાવે છે ત્યારે નિર્ણય થાય છે કે એ હરસ છે.

હરસ થયા પછી તેને મટાડવાના ઉપાયો કામે લગાડે છે. જો દરદ થતા પૂર્વે તેનાં પ્રાથમિક ચિહ્ન જણાય ત્યારે જ માણસ ચેતી જઇને પોતાના આહાર અને વિહારમાં નિયમિત બની જઇ આરોગ્યના નિયમોનું પાલન કરવા લાગે છે તો તેને હરસ થતા અટકી પણ જાય છે. પરંતુ પુરા રૂપમાં હરસ જ્યાંસુધી બહાર ન આવે ત્યાંસુધી દરદી બેપરવા હોય છે. જેવી રીતે હરસ આહારવિહારની વિરૂદ્ધતાથી થાય છે તેવી જ રીતે વારસામાં પણ મળે છે. હરસ-વાળા દરેક બાપના દીકરાને હરસ થવા જ જોઇએ એવો કોઇ ખાસ નિયમ નથી, પણ બાપને હરસ હોય અને એનો દીકરો જો આરોગ્યના નિયમનું પાલન ન કરે તો તે પણ હરસનો ભોગ જરૂર થઇ પડે છે—વહેલો થાય છે.

હરસ થયા પછીની સ્થિતિમાં હરસનો દરદી—એ પોતાની જાતનો વૈદ્ય બને છે અથવા એને વૈદ્ય બનવાની જરૂર છે. હરસ એ વ્યાધિ એવો નથી કે પ્રાણનો વિનાશ કરે. પણ એ વ્યાધિ જીવનના આનંદનો તો જરૂર નાશ કરે છે જ. એટલે હરસ થયા પછી જેને થયા હોય તેણે ચારે દિશાએ મોકળું મૂકેલું જીવનનું વહાણ મર્યાદિત બનાવવું જોઇએ છે. એને કયો ખોરાક માફક આવે છે, કઇ ચીજ વિરૂદ્ધ પડે છે, કેમ રહેવાથી તંદુરસ્તી સચવાઇ રહે છે, કેવાં કારણે હરસ ફુલી આવી લોહી પડવું શરૂ થાય છે, એ બધી બાબતની એક નોંધપોથી કાગળ ઉપર કે મન ઉપર લખી રાખવી પડે છે; અને જો સાચવીને ધીરે ધીરે કદમે તે આગળ વધે છે તો વરસો સુધી એનું નાવડું વહ્યું જાય છે, પણ તેમાંથી જરાકે ધ્રૂવમાંકડીની શરત-

ચુક થઇ કે હરસનો બેટ અથડામણ ઉભી કરીને દરદીને બાપડાને હેરાન-પરેશાન કરી મૂકે છે.

હરસ થયા પછી તેને નાબૂદ કરવા માટે અર્થાત્ એ વ્યાધિમાંથી મુક્તિ મેળવવા માટે ઉપચારો અને ઉપાયો દેશી અને વિલાયતી દવાઓમાં અસંખ્ય છે. જૂના-પુરાણા અખતરાઓ છે, તેવી રીતે ઓપરેશન અને ઇંજેકશન પણ છે, પરંતુ એ વાત લાલ અક્ષરે લખી રાખવી જોઇએ કે કોઇ પણ ઉપાયથી હરસનો દરદી એવો નથી બની શકતો કે ફાવે તે વર્તન કરે. તો પણ એક વખત હરસ મટાડયા કે કાઢી નાંખ્યા, ઓપરેશન કરાવ્યું, એટલે ફરી એ હરસની ચુંગાલમાં નહિ જ ફસાય.

કારણ કે એ વ્યાધિ બહારથી આવેલો નથી પણ અંતરાવયવનાં દૂષિત કારણોથી પ્રગટ થયેલો છે. એટલે ઓપરેશન કરી કાઢી નાંખ્યાં છતાં, દેશી દવાથી ખેરવી નાંખ્યા છતાં, ખાવાની દવાથી નાબુદ કરી નાંખ્યા છતાં, દરદી જો ભૂલ કરે છે, હરસ થવાનાં કારણોને સાથ આપે છે તો હરસ ફરીથી ઉત્પન્ન થાય છે. એના દાખલા એક બે નહિ પણ સેંકડો મોજૂદ છે. એક વખત હરસ નાબૂદ કરાવી ફરી હરસમાં ફસાયા હોય એવા અનેક માણસો તમને દેખાશે, બાકી હરસ-મસામાંથી મુક્તિ મેળવવાનો ખરો ઉપાય તો યોગ્ય નિયમોનું પાલન કરવું એ એક જ છે.

હરસ સંબંધી આટલી ઉપયોગી ચર્ચા કર્યા પછી તેના ઉપાયો પ્રત્યે આપણે વળીએ. હરસ માટે બે પ્રકારના ઉપાયો છે: એક દવા ખાવાને, પીવાને, ચોપડવાને આપી, હરસને દરદ કરતા, લોહી પડતા બંધ-નિર્મૂળ કરવા. બીજો ઉપાય હરસને ખેરવી નાંખવા અથવા ઓપરેશન કરી કાઢી નંખાવવા.

પહેલા પ્રકારના ઉપચારો આયુર્વેદી અને એલોપથી બન્ને કરે છે. બીજા પ્રકારના ઉપચારો પણ બન્ને થીયેરી કરે છે. દેશી દવા

લગાવી હરસ ખેરવી નાંખવાની દેશી ક્રિયાઓ ઘણાં પુસ્તકોમાં પ્રયોગ રૂપે મળે છે, તેવી જ રીતે હરસને કાઢી નાંખી મટાડવાના ઉપાયો જાણનાર સ્પેશીયાલીસ્ટો માત્ર હરસ મટાડવાનો ધંધો લઇ બેઠેલા જોવામાં આવે છે. ઘણા આવા ભાઇઓ હરસ ખેરવવા માટે ગામેગામ ફરતા રહી, દરદીઓ પાસે પૈસાની પંઠણુ કરી હરસ મટાડવા ૨૫–૫૦ રૂપીઆ અગાઉથી લઇ હરસના દરદીને દવા લગાવે છે, એના હરસ ખેરવે છે. પરંતુ લખ્યા વગર નથી ચાલતું કે આવી રીતે હરસને દવાથી ખેરવનારા કેટલાક મહાપાપીઓ દરદીને અસહ્ય યાતનાના દુઃખમાં મૂકી જાય છે. આવા કેસો મેં અનેક જગ્યાએ જોયા છે અને એમનાં દુઃખ જોઇ મારી આંખમાં પણ આંસુ આવ્યાં છે. પ્રથમ મોટી મોટી વાતો કરી દરદીને તકલીફ નહિ થાય અને ત્રણ દિવસમાં હરસ ખરી જશે, એવી બડાશો હાંકી, પંઠણુ કરી, પૈસા હસ્તગત કરી, પછી તેઓ દવા લગાડે છે. અને એ દવામાં ખાસ કરી સોમલ, હરતાલ, કળીચુનો વગેરે જેવી ઉગ્ર ગરમાઇ કરનારી દવાઓ હોય છે, દવા ચોપડયા પછી ગુદાદ્વારા હરસ ફુલી જાય છે, એટલું જ નહિ પણ આખી ગુદા સૂજી જાય છે; અને એવી ભયંકર પીડા ઉત્પન્ન થાય છે કે દુઃખનો માર્યો દરદી અન્નજળ છોડી ઉંધો પડયો રહે છે અને પળે પળે મોતને આમંત્રણ આપતો અસહ્ય યાતના ભોગવતો જોવામાં આવે છે. દરદીના દુઃખના બૂમ-બરાડા સાંભળી ઘરનાં માણસો ગભરાય છે અને દવા કરનારો અગીયારા ગણી જાય છે.

એક મઠાધીશ–જગ્યાના મહંત જે મારા સુશિષ્ય છે તેમને એક વખત હરસ કાઢવા માટે એક ભાઇ આવી ચઢયા, દવા લગાવી અને નરકનું દુઃખ ઉભું કર્યું. એક તરફ દવા કરનારને ઝાડ સાથે બાંધી મારવાની ગોઠવણ થઇ, બીજી બાજુ મને બોલાવી છેલ્લા મેળા કરી લેવા વાહન મોકલ્યું. મેં તેમની સ્થિતિ જોઇ. ગુદાદ્વારથી માથા સુધી આવતા ભયંકર દુઃખદાયક સણકા અસહ્ય હતા. છેવટનાં બે આંસુ

સારી, વિદાય લેતા હોય એમ ગદ્‌ગદ કંઠે મારી અને એમની મુલાકાત થઇ અને એમનાં દુઃખે મારૂં અંતઃકરણ દ્રવી ગયું. મહામહેનતે ઉપચાર કરનારને છોડી મુકાવ્યો અને શીતળ, રોપણ, ઠંડા ઉપચારોએ એકાદ બે દિવસમાં એમને રાહત મળી.

આટલું વિવેચન એટલા માટે કરવાની જરૂર જણાઇ છે કે હરસ કાઢવાના બ્હાને કોઇ પણ અજાણ્યા, બેજવાબદાર, લેભાગુ માણસ પાસે ઉપચાર ન કરાવવો. એ કરતાં તો હરસ કાઢવા માટે ઓપરેશન કરાવવું વધારે સારૂં છે. હરસ દવાથી જ ખેરવનાર હોય તો તેણે કેટલા કેસો સારા કર્યા છે, એથી દુઃખ થાય છે કે નહિ વગેરે બાબતની પુરતી તપાસ કરીને કામ કરવું ઘટે. એકાદ બે સિદ્ધહસ્ત કામ કરનાર પણ મારી જાણમાં છે કે જેઓ દવા લગાડી માથામાંથી વાળ ખેંચી લે તેવી રીતે સહેલાઇથી હરસ કાઢી નાંખે છે. સુરતમાં અગાઉ ભરાયેલા ગુજરાત પ્રાંતિક વૈદ્ય સંમેલનમાં એક આવો સિદ્ધહસ્ત હરસ કાઢનાર જોયેલો.

હરસ હોય કે કઢાવી નાંખ્યા હોય પણ જો હરસ પીડા ન કરતા હોય, લોહી પડતું ન હોય, તકલીફ ન પડતી હોય, તો એ હરસ હોય અથવા કઢાવી નાંખ્યા હોય, એ બન્નેને હું તો સરખા જ માનું છું. હરસ કઢાવી નાંખી, બેપરવા રહેનારને હરસ થોડા દિવસમાં પુનઃ થયા વગર રહેવાના નથી. એ ઠેકાણે નહિ તો બીજી જગ્યા–બીજી વળીમાં થશે જ; અને હરસ હોવા છતાં ઉપચારથી જેને દબાવી નિર્મૂળ કરી નાંખ્યા હોય, જે તકલીફ નથી જ આપતા તે હરસ હોય, તો પણ શી ચિન્તા છે?

એટલા જ માટે હરસને નાબૂદ કરવાની રીત, ઉપાય અને પ્રયોગ જે સિદ્ધહસ્ત નીવડેલ છે, જે પ્રયોગથી અમે દર વરસે નવરાત્રિમાં સુરણ–પ્રયોગ કરાવી ત્રણસો હરસના દરદી સારા કરીએ છીએ, તે પ્રયોગ કોઇ પણ જાતની ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય સ્પષ્ટ રીતે અહીં

બતાવી આપીએ છીએ. તે બધી જાતના હરસવાળાને બંધ બેસતો, હરસ નાબૂદ કરનાર અને સેંકડો વખત અજમાવેલો અનુભવી ઉપાય છે. તેમાં જુદી જુદી પ્રકૃતિ અને જુદાં જુદાં લક્ષણોવાળા માટે ઉપચારો જુદા જુદા બતાવીશું, જે ઘરઆંગણે બની શકે તેવા છે અને લાભ અનંતગણો આપે તેવા પણ છે.

卐

પ્રકરણ ૫૦મું
હરસનો ઉપાય

હરસનો વ્યાધિ ધરાવનાર ગમે તે પ્રકૃતિનો માણસ હોય છતાં તેને કબજીયાત જરૂર રહે છે. કબજીયાત રહેવી એ હરસનું મુખ્ય લક્ષણ છે; એટલું જ નહિ પણ કબજીયાતવાળા દરદીને હરસ થાય છે અને હરસ થયા પછી પણ કબજીયાત ચાલુ જ રહે છે. જ્યાંસુધી એવા દરદીને ઝાડો બરાબર આવે છે, સુકાતો નથી કે અટકતો નથી ત્યાંસુધી હરસ ઉબળતા નથી એમ પીડા પણ કરતા નથી. એટલે હરસવાળા દરદીએ ઝાડો બરાબર આવે એની કાળજી રાખવી જોઇએ. તેની સાથે જેને હરસ છે તેમને લાલ મરચાં, રાઇ, ગોળ, બાજરીનો રોટલો અને રીંગણાનું શાક આ ચીજો માફક આવતી નથી; એટલું જ નહિ પણ એ ચીજો હરસ ઉબેળે છે, ઉત્પન્ન કરે છે અને લોહી પાડે છે. એટલે ઉપર બતાવેલી ચીજો ખાસ કરીને નહિ જ ખાવી જોઇએ. તેમાંય હરસની પીડા ચાલુ હોય તેમણે તો ઉપરની ચીજોનો સ્પર્શ પણ ન કરવો, અર્થાત્ નહિ જ ખાવી જોઇએ.

જેવી રીતે ઉપરની ચીજો હરસ માટે કુપથ્ય છે તેવી રીતે દહીંની મોળી છાશ અને સુરણનું શાક એ તેને માટે મહા પથ્ય છે. આ બે ચીજોને સમજી વિચારી હંમેશને માટે ખોરાકમાં ચાલુ રાખે તો હરસ

કોઈપણ વખત તકલીફ કરતા નથી. છાશ એ પાચનશક્તિ વધારનાર છે, તેમ પાકેલા મળને છોડનાર, આંતરડાં માંહેની ગરમાઈને હરનાર અને રોપણગુણ ધરાવનાર મહાન અમૃત છે, અને તેના ઉત્તમ ગુણોને લઈને '**न तक्रसेवी व्यथेकदाची**...' ઈત્યાદિ ફળશ્રુતિ વૈદક ગ્રંથોમાં લખાયેલી છે. એટલે ખોરાકની સાથે દરરોજ ઓછામાં ઓછી અરધો શેર દહીંની છાશ જમ્યા પછી કે જમવાની સાથે લેનારને હરસ પીડા કરતા નથી અને જેમને આ પ્રમાણે છાશ લેવાનો મહાવરો છે તેને હરસ થતા પણ નથી.

બીજું સુરણ કે જે શાક માટે આપણે વાપરીએ છીએ અને મોટી ગાંઠોના રૂપમાં મળી આવે છે, એ સુરણમાં હરસને મટાડવાનો મહાન ગુણ રહ્યો છે. સુરણનું બીજું નામ 'અર્શઘ્ન' છે. એટલે સુરણમાં રહેલાં તત્ત્વો હરસને નાબૂદ કરવાનો મોટો ગુણ ધરાવે છે. જ્યારે જ્યારે સુરણ લેવામાં આવે ત્યારે ત્યારે ફાયદો થાય છે જ, પરંતુ આ સુરણ જો આશો મહિનામાં ખાસ કરીને પ્રયોગના રૂપમાં લેવામાં આવે તો વિશેષ ફાયદો થાય છે. તેનું કારણ એ છે કે સુરણ નવું, તાજું, આશો મહિનામાં આવે છે. એટલે જે ઋતુમાં જે વનસ્પતિ નવપલ્લવ થાય છે તે ઋતુમાં એ વિશેષ ગુણ કરે છે. એથી આશો મહિનાની શરૂઆતમાં આવતા નવરાત્રિના દિવસોમાં બીજી બધી જાતનો ખોરાક બંધ કરી એકલું સુરણ ઘી અથવા તેલમાં પાણી વગર પકવી, માત્ર એ સુરણ ઉપર રહેવામાં આવે અને તેની સાથે દહીંની મોળી છાશનો ઉપયોગ કરી નવ દિવસ સુધી પાણી સિવાય બીજો કોઈ પણ ખોરાક લેવામાં ન આવે તો ગમે તેવા હરસ લાંબા વખતના નાબૂદ થઈ જાય છે. નવ દિવસનો આ પ્રયોગ છે, છતાં જૂના હરસવાળા તેને લંબાવીને એક મહિનો–આશો મહિનો આખો પ્રયોગ ખેંચી કાઢે તો આશાતીત અવશ્ય સંપૂર્ણ લાભ થાય છે. સુરણ ઘી કે તેલમાં ધીમી આંચે, વરાળ ન જાય એવું ઢાંકણું ઢાંકી ચોડવવાથી જલદી ચઢી જઈ મખમલ જેવું બને છે. તેમાં

સ્વાદ ઉત્પન્ન થાય તેટલું મીઠું, ધાણા, જીરૂ, સાધારણ મરી નાંખવામાં વાંધો નથી. પરંતુ સુરણને પાણીથી ચોડવવામાં આવે તો તે ખાવામાં ભારે થાય છે અને પચતું નથી. એટલા જ માટે ઘી કે તેલમાં તૈયાર કરીને સુરણનો ઉપયોગ કરવો.

જેવી રીતે આ ખાવાનું સુરણ હરસના દરદીને અત્યંત ઉપયોગી છે તેવી જ રીતે બીજી એક જાતનું જંગલી-સુરણ થાય છે, જેને વવળતું સુરણ કહે છે, અને એ ખાસ કરીને વલસાડ, બીલીમોરા, અમલસાડ અને સુરતનાં જંગલોમાં મળી આવે છે. આ સુરણનું એક એવું લક્ષણ છે કે તેને જીભ ઉપર મુકવામાં આવે તો જીભ ચરચરવા માંડે છે અને જીભ તથા ગળામાં ચરચરાટ પેદા કરી ગળું સુજવી નાંખે છે.

એટલે એ સુરણ સીધી રીતે ખાઇ શકાતું નથી, પરંતુ એ સુરણને લાવી તેના ટુકડા કરી, છાંયે સુકવી દઇ, તેનો પાઉડર કરવો. ત્યારબાદ અંગ્રેજી દવાઓ વેચનાર કેમીસ્ટોને ત્યાં જીલેટાઇનની બનાવટની 'કેપ્સ્યુલ' આવે છે તે બે નંબરની કેપ્સ્યુલ લાવી તેમાં આ વવળતા સુરણને ભરી, છ કેપ્સ્યુલ દિવસમાં ત્રણ વખત બબે ગળાવવી. તે પ્રમાણે રોજ લેવી, અને ઉપર દહીંની છાશ પાવાથી હરસમાંથી પડતું લોહી તુરત બંધ થાય છે. એ ક્રમ ચાલુ રાખવાથી હરસ સુકાઇ જાય છે. છતાં જે જે ચીજ ખાવાથી હરસ ઉબળી આવતા હોય કે લોહી પડતું હોય એવી ચીજો, આ કેપ્સ્યુલ ચાલુ રાખી ધીમે ધીમે ખવરાવવી અને તેમ છતાં પણ જ્યારે હરસ ઉબળે નહિ કે લોહી પડે નહિ ત્યારે સમજવું કે હવે હરસ બિલકુલ નિર્મૂળ થયા છે.

હરસ બાદી હોય અને અત્યંત પીડા કરતા હોય, ઝાડો ઉતરતો ન હોય ત્યારે અને ફાટ ચાલતી હોય તે વખતે કાળી દ્રાક્ષ, સોનામુખી, રેવંચીની ખટાઇ, હરડાં, બેડાં, આંબળાં, ઇંદ્રજવ, અને

વાવડીંગ એ આઠ ચીજો એકેક તોલો લઇ તેને અધકચરી ખાંડી, રાત્રે પાશેર પાણીમાં પલાળી મૂકવી. સવારે તેને ચોળી બે રૂપીયા-ભાર ગોળ નાંખી, ગાળી લઇ સવારમાં પાઇ દેવું. ત્રણ દિવસ એ પ્રમાણે ચાલૂ રાખવાથી, પીડા, ફાટ, સોજો અને સર્વ ઉપાધિ મટી જશે. જ્યારે બાદી હરસ પીડા કરે ત્યારે આ ઉપાય કરવાથી ઘણું સારૂં કામ કરે છે.

જો હરસ પીડા કરતા હોય, લોહી પડતું હોય પણ હરસ બહાર ન દેખાતા હોય તો ઇંદ્રજવ, વાવડીંગ, લીંબોળી, કાંચકાનાં મીંજ અને દીકામાળી એ સરખા ભાગે લઇ ખાંડીને તેની ફાકી કરવી અને તે ફાકીમાંથી અરધા રૂપીયાભાર ઠંડા પાણી સાથે દિવસમાં બે વખત ફાકવાથી લોહી પડતું બંધ થઇ હરસ સુકાઇ જાય છે.

ઝાડે જતાં હરસ બહાર આવતા હોય અને દેખાતા હોય–તે ખૂની હોય કે બાદી હોય તેને માટેઃ

હરતાલ તોલા ૨ ને ખરલમાં નાંખી ત્રણ દિવસ સુધી ઘુંટવી, જેથી તદ્દન બારીક થઇ જાય. ત્યારબાદ ચોકખો કાથો તોલા ચાર તેની અંદર નાંખી મિશ્રણને એક દિવસ ઘુંટવું. ત્યારબાદ ઘી તોલા ૭ લઇ સો પાણીથી ધોઇ ઘીમાં પાણી ન રહે એ પ્રમાણે બીલકુલ નીતારી લઇ તેમાં હરતાલ અને કાથાવાળો પાઉડર મેળવી મલમ બનાવવો. એ મલમ દિવસમાં બે વખત હરસ ઉપર લગાવવો. હરસ ઝાડે જતી વખતે બહાર આવતા હોય તે આ મલમ લગાડી દબા-વીને ઉપર ચડાવી દેવા; જેથી હરસ ચીમળાઇ જઇ સુકાઇ જાય છે ને ઉભળતા નથી. આ મલમમાં હરતાલ આવતી હોવા છતાં હરસ પર લગાવવાથી આગ બળતી નથી તેમજ કોઇ પણ જાતની તકલીફ જરી પણ થતી નથી.

એક ત્રાંબાનો કાટ લાગેલો તાસ લઇ તેની અંદર પાશેર દહીં તેમાંથી પાણી કાઢી નાંખી, આખા તાસમાં પાથરવું અને તાસને

ઢાંકી મૂકી રાખવો, બીજે દિવસે હાથવડે એ દહીં ફીણી નાંખવું, એટલે લીલા રંગનું થઇ ગયું હશે, તેમાં બીજું અધોળ અથવા નવટાંક દહીં નાંખી તેને એક કરી એ જ તાસમાં પાથરવું અને ઢાંકી રાખવું. બીજે દિવસે સ્હવારમાં ફીણી નાંખવું અને બીજું નવટાંક દહીં મેળવી પાથરવું. આવી રીતે અગીયાર દિવસ સુધી દહીં સુકાઇ ન જાય લીલું રહે, એવી રીતે નવું દહીં નાંખતા જઇ એ જ તાસમાં રાખી મૂકવું. અગીઆર દિવસે એ મલમ તૈયાર થઇ જશે. એટલે એક કાચની શીશીમાં કે બરણીમાં તેને ભરી રાખવો. હરસ ઉપર આ મલમ લગાવવો હોય ત્યારે તેમાં દહીંની તર જરા નાંખી, લસોટી મલમ જેવું બનાવી લગાવવાથી હરસમાંથી પડતું લોહી બંધ થાય છે, હરસ ચીમળાઇ જાય છે, તે ફરી ઉભ-ળતા નથી. દહીં તાસમાં પાથરતી વખતે તેની અંદર પાણીનો ભાગ ન આવે તેનું ધ્યાન રાખવું.

અર્શહર મલમ

લીંબડાની લીંબોળીનાં મીંજ તોલો ૧, રસાંજન તો. ૦॥, હીરા-દખાણ તો. ૦॥, ગેલીક એસીડ તો. ૦॥, અફીણ તો. ૦॥, બોદાર-સંગ તો. ૦।, શંખજીરૂ તો. ૦।, કપુર તો. ૦।, ઉપરની સર્વ વસ્તુનું બારીક ચૂર્ણ કરીને માખણ તો. ૨॥ માં મેળવી મલમ બના-વવો. તેને હરસ ઉપર લગાડવાથી પીડા બંધ થાય છે, લોહી બંધ પડી હરસ ચીમળાઇ જાય છે.

અર્શહર ચૂર્ણ

વવળતા સુરણને છોલી, છાંયે સુકવી કરેલું ચુર્ણ તો. ૧૦, સાચું નાગકેસર તો. ૫, ગળોસત્વ તો. ૫, પાટ (કોથળા)ને બાળી કરેલી રાખ તો. ૫, એ સર્વે વસ્તુને બારીક વાટી એકત્ર કરવું.

લોહી પડતા કે દર્દ કરતા હરસવાળા દરદીએ સ્હવારસાંજ અથવા દિવસમાં ત્રણ વખત પાવલીભાર આ ચૂર્ણ ઠંડા પાણી સાથે અથવા

મોળી છાશ સાથે ફાકવાથી અર્શમાંથી પડતું લોહી બંધ થઇ અર્શ ચીમળાઇ જાય છે. ગરમ ખોરાકની પરેજી કરવી.

અર્શહર મોદક

ચિત્રકમૂળ તો. ૫, વવળતા સુરણનું ચૂર્ણ તો. ૮, સુંઠ તો. ૨, મરી તો. ૦ાાા, ભીલામા તો. ૧, પીપરીમૂળ તો. ૧, વાવડીંગ તો. ૧, હરડેદળ તો. ૧, બહેડાંદળ તો. ૧, આંબળાં તો. ૧, પીપર તો. ૧, તાલીસપત્ર તો. ૧, તાડમૂળ તો. ૧, તજ તો. ૧, એલચી તો. ૧.

ઉપરની વસ્તુનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તમામ ચૂર્ણથી બમણો જૂનો ગોળ મેળવવો. એકેક તોલાના લાડુ બનાવવા. સ્હવાર સાંજ એક લાડુ ખાવો.

ખાસ કરી હરસના કારણે જેને પીળાશ આવી ગઇ હોય, મંદાગ્નિ થઇ જઇ ખોરાક ન લેવાતો હોય, અશક્તિથી શરીર નંખાઇ ગયું હોય, તેવા દરદીને આ દવા માફક આવે છે, શક્તિ આપે છે અને હરસ નિમૂળ બને છે. લાંબા દિવસ સેવન કરવું.

અર્શહર ધૂણી

(૧) વાવડીંગ તોલા ૧૦, ઝેરકચુરો તો. ૧૦, ભાંગ તો. ૫નો ખાંડી ભૂકો કરી અર્શ–હરસ ઉપર ધૂણી દેવી.

(૨) હાથીદાંતનો વહેર તો. ૧૦, વાવડીંગ તો. ૧૦, હીંગ-ભાક તો. ૧, ખાંડી ભૂકો કરી હરસને ધૂણી દેવી.

(૩) ઘોડાના નખ, માણસના નખ, બળદના નખ, ઘેટાના નખ સરખે વજને લઇ ખાંડી ભૂકો કરી ધૂણી દેવી.

(૪) ઢોરનાં શીંગડાંમાં ઉગેલ ફણગાં (મૂળીયાં) તો. ૫, મરી ગયેલા અને સુકાઇ ગયેલા વગડાઉ ઉંદરનું માંસ–ચોખું તો. ૫, હીંગ તો. ૨, ત્રણ વસ્તુને ખાંડી હરસ ઉપર ધૂણી દેવી.

ધૂણી દેવાની રીત અને ફાયદો

જમીનમાં ખાડો કરી તેમાં સળગતા અંગારા નાંખી, ધૂણી દેવાની દવા તેના ઉપર નાંખી, એ ખાડા ઉપર ઉભા પગે ગુદા ઉઘાડી રાખીને બેસવું, જેથી ધૂણીની હવા હરસ ઉપર લાગે છે ધૂણી લેતી વખતે શરીરના બીજા ભાગને ધૂણી ન લાગે એ માટે કપડું ઓઢી રાખવું.

ઉપરના બતાવેલા ચાર ઉપાય પૈકીમાં ગમે તે એક ઉપાયમાંની દવાની ધૂણી લેવાથી ફુલેલા હરસ ચીમળાઇ જઇ બેસી જાય છે. લોહી પડતું બંધ પડે છે, ચાલતી ફાટ નરમ પડે છે અને તાત્કાલિક ગુણ કરે છે. દિવસમાં એક વખતથી વધારે વાર ધૂણી લેવી નહિ.

હરસ ખેરવી નાંખવાના ઉપાય

(૨) હળદર તો. ૧, સોમલ તો. ૧, નવસાર તો. ૧, હિંગળોક તો. ૧. ચારે વસ્તુને ઝીણી વાટી, પાણીમાં ઘૂંટી, સોગઠી બનાવી રાખવી. જેને હરસ કાઢવા હોય તેને ઉંધો સુવારી સોગઠીને પાણીમાં ઘસી હરસ ઉપર ટપકું કરવું અને એ સુકાય ત્યાં સુધી ઉંધા સુઇ રહેવું.

આ પ્રમાણે ત્રણથી ચાર દિવસ ટપકું મૂકવાથી હરસ ખેંચાઇ ફુલીને બહાર આવે છે. બરાબર હરસ બહાર આવી જાય ત્યારપછી તેના ઉપર કડવા લીંબડાનાં પાતરાં તથા કાળી મરોડીની લુગદી બનાવી હરસ ઉપર બાંધવી. એથી કંડક વળી હરસ ખરી પડશે.

હરસ ખરી પડયા પછી તે જગ્યાએ જે ખાડો પડે તેને રૂઝાવવા નીચેનો મલમ લગાવવો.

કપુર તો. ૦।, અફીણ તો. ૦।, લીંબોળીનાં બીજ તો. ૦।, એળીઓ તો. ૦।, પાંચે વસ્તુને બારીક વાટી ઘીમાં મેળવી મલમ લગાડવાથી રૂઝ આવી જઇ વ્રણ રૂઝાઇ જશે.

(૨) સોમલ તો. ૧ લઇ ચોલાઇની ભાજીમાં દોલાયંત્રથી બે કલાક બાફ આપવો, ત્યારબાદ સોમલ કાઢી લઇ તેમાં શંખજીરૂ તો. ૦॥, કપુર તો. ૦। મેળવી પાણીમાં વાટી સોગઠી બનાવી રાખી મૂકવી.

હરસના દરદીને પ્રથમ ઝાડો કરાવી, મસાને ધોઇ, પછી ઉપરની સોગઠી પત્થર ઉપર ઘસી, હરસ ઉપર ટપકું કરવું. ત્રણ દિવસ એ પ્રમાણે કરવાથી મસા ફુલીને બહાર નીકળી આવશે. ત્યારપછી તેની ઉપર દહીં તથા રાંધેલા ભાતની લુગદી પોટીસની માફક બાંધવી, જેથી પાંચ સાત દિવસમાં બધા મસા ખરી ગયા પછી તે જગ્યાએ ખાડા પડે ત્યાં નીચેનો મલમ લગાવવો.

ઘી તો. ૫, મીણ તો. ૧, સીંદુર તો. ૦॥, પારો તો. ૧, પ્રથમ ઘીને ગરમ કરી તેમાં મીણ મેળવી ગરમ કરવું. પછી તેને ત્રાંબાના તાસ અથવા કથરોટમાં નાંખી તેમાં સીંદુર તથા પારો નાંખી ત્રાંબાની લોટીથી ઘુંટી મલમ બનાવવો. આ મલમ હરસ નિકળી ગયા હોય તે જગ્યાએ દરરોજ લગાવવો, જેથી જગ્યા રૂઝાઇ જઇ ખાડા પુરાઇ જાય છે.

ચેતવણી

ઉપરના બન્ને પ્રકારના હરસ ખેરવવાના ઉપાય કરનાર એક સારા પ્રતિષ્ઠિત અને વંશપરંપરાથી હરસ ખેરવવાના ઉપાય કરનાર તથા આ ધંધા માટે જેમને 'સુવર્ણ પદક' મળેલા છે એવા ભાઇ તરફથી પ્રાપ્ત થયેલા છે. છતાં અમે ખેરવવાનો અનુભવ લઇ શક્યા નથી. તથાપિ એટલું જણાવીએ છીએ કે એ પ્રયોગ સાચા છે અને હરસ ખરી જાય છે એ નિર્વિવાદ છે. માત્ર એથી દરદીને સહન કરવું પડે છે. પ્રયોગ કરનારે હિંમત રાખી દરદીને ધીરજ આપવી પડે છે. બન્ને માણસ જો ધીરજવાન હોય, બુદ્ધિશાળી હોય તો આ પ્રયોગો સાચા છે એની અમને ખાત્રી છે.

હરસવાળા માટે જુલાબની ફાકી

મીંઢીયાવળ, સંચળ, હીમેજ, ગુલાબનાં ફુલ, આ ચાર ચીજને સરખા વજને ખાંડી અરધા રૂપીયાભારની ફાકી હરસવાળા કોઇ પણ દરદીએ લેવાથી હરસ ઉપર ફાયદો કરે અને દસ્ત નરમ તકલીફ વગર આવે છે.

卐

પ્રકરણ ૫૧મું

વાતવ્યાધિ

રજ, તમ અને સત્ત્વગુણી ત્રિગુણાત્મક સૃષ્ટિની રચના પ્રમાણે મનુષ્યશરીરમાં રજ, તમ અને સત્ત્વ ગુણ રૂપ વાયુ, પિત્ત કફના ભેદથી ત્રિદોષ સિદ્ધાંતનું સ્થાન અમારા પૂર્વના પ્રાણાચાર્ય ચરક અને સુશ્રુત જેવા મહામુનિએ નક્કી કર્યું છે. એ ત્રિદોષ સિદ્ધાંતની વ્યાખ્યા બરાબર સમજાય તો આયુર્વેદજ્ઞાતા વૈદ્ય વ્યાધિ-નિર્ણયના કાર્યમાં કોઇ પણ દિવસ ભૂલ ખાય નહિ.

શરીરમાં રહેલા વાયુ, પિત્ત અને કફ એ ત્રણેમાં વાયુને બળ-વાન ગણવામાં આવેલ છે. વાયુનું મૂળ સ્થાન મળાશય છે અને કફનું મૂળ સ્થાન આમાશયમાં છે.

મળાશયમાં રહેલો વાયુ મહાબળવાન અને દરેક વસ્તુના ભાગ પાડવાને સ્વભાવે રૂક્ષ અને ચળ છે. તે પિત્ત, કફ, મળ અને ધાતુઓના વિભાગ પાડીને જ્યાં જોઇએ ત્યાં પહોંચાડવા માટે બીજા ચાર સ્થાન રાખીને રહ્યો છે. એક જ પ્રકારનો વાયુ સ્થાનભેદ અને અધિકારે જુદા જુદા નામે ઓળખાય છે. મળાશયમાં રહેલા વાયુને અપાન વાયુ કહે છે, કોઠામાં અગ્નિસ્થાન પાસે જે વાયુ રહે છે તેને સમાન વાયુ કહે છે, હૃદયમાં રહેવાવાળા વાયુને પ્રાણ (પાન) વાયુ કહે છે, કંઠ અને તેની ઉપરના ભાગમાં રહેનાર વાયુને ઉદાન વાયુ કહે છે અને

સંપૂર્ણ દેહમાં વ્યાપિ રહેલા વાયુને વ્યાનવાયુ કહે છે. જેવી રીતે પાંચ પ્રકારના વાયુની ઓફીસ શરીરમાં પાંચ છે તેવી જ રીતે પાંચ પિત્તની અને પાંચ કફની મળી પંદર ઓફીસો ઉપર પોતપોતાનો અધિકાર જમાવી દરેક અધિકારી નિયમિત કામ ચલાવતા હોવા છતાં વાયુ ધારે ત્યારે પોતાની બળવાન સત્તાથી ઓફીસોમાં ગરબડ કરી મૂકે છે. અને એને લઈને જ.

पितः पंगु, कफः पंगु पंगावो मलधातवः ।
वायुना यत्र नियंते, तत्र गच्छंति मेघवत् ॥

'પીંડે સો બ્રહ્માંડે' કહેવત અનુસાર સૂર્યના તાપથી વાયુ પાતળો થઈ ઉંચે ચઢી જાય એટલે જે વાયુની જગ્યા ખાલી પડે ત્યાં આગળ બીજો વાયુ જોરથી ધસારો કરી આવી પહોંચે છે. પૃથ્વી ઉપરનો વાયુ જે દિશામાંથી આવે છે તે દિશાના આકાશમાં રહેલાં બીજાં તત્ત્વોને આપણી તરફ ખેંચી લાવે છે, તેવી રીતે શરીરમાંનો વાયુ પણ જે સ્થાનમાંથી આવે છે તે સ્થાનમાં રહેલાં ધાતુઓ, દોષો અને મળોને ખેંચી લાવે છે. એથી સ્થાનભ્રષ્ટ થયેલા અને જુદે સ્થાનેથી આવેલા દોષો નવા સ્થાનમાં આવવાથી તે સ્થાનની વ્યવસ્થાને અવ્યવસ્થિત કરી જે જાતની ઉપાધિ કરે છે તેને માટે આપણે જુદા જુદા નામથી વાયુના રોગની કલ્પના કરીએ છીએ અને આ ઉપરથી વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં એંશી જાતના વાતરોગની કલ્પના કરી છે.

સમાનપણે પોતાનું કાર્ય કરતો જતો વાયુ શા કારણથી કોપે છે અથવા બેદરકાર થાય છે? તેને માટે શાસ્ત્રકારો નીચેનાં કારણો આગળ ધરે છે:

સુકું, લૂખું, ઠંડુ, હલકું એવા અન્નનું ભક્ષણ કરવાથી, અત્યંત સ્ત્રીસંગથી, ઘણા ઉજાગરાથી, વિરૂદ્ધ ઔષધોથી, કફ, પિત્ત, મળ, મૂત્ર અને લોહી વગેરેમાં વહી જવાથી, મોટા ખાડા કૂદવાથી,

નદીમાં ઘણું તરવાથી, વગર વિસામે લાંબો માર્ગ કાપવાથી, રાત દિવસ ચિંતાથી, ઘણા તાપનું સેવન કરવાથી, મળમૂત્રના વેગને રોકવાથી, કાષ્ટાદિ જડ પદાર્થનો શરીર ઉપર માર પડવાથી, અપવાસ રાખી પરાણે લાંઘણો ખેંચવાથી, મર્મસ્થાન ઉપર માર પડવાથી, હાથી, ઘોડા, ઉંટ વગેરે પ્રાણીઓની વધુ પડતી સવારી કરવાથી, વિકાર પામેલો વાયુ શરીરમાંના શ્રોતોને અથવા ભાગોને વિકારયુક્ત કરી સર્વાંગમાં અથવા એકાંગમાં વ્યાપીને વિવિધ પ્રકારના વાયુના રોગોનેઉત્પન્ન કરે છે.

કમરથી લઇને નીચેના ભાગને જડ કરે અથવા દુઃખાવો કે સજ્જડતા લાવે, મૂત્રનો રંગ રક્તવર્ણ જણાય, શરીરે બળતરા થાય અને અંગ તપી આવે ત્યારે અપાનવાયુનો પ્રકોપ થયેલો સમજવો. એ અપાન સાથે પિત્ત અને કફ મળેલાં હોય છે.

મૂર્છા આવે, મળમૂત્રનો વેગ રોકાય, રૂંવાટાં ઉભાં થાય, શરીર ગરમ બને, અંગમાં બળતરા અને પરસેવો જણાય તો સમાનવાયુને કોપેલો સમજવો.

સુસ્તી, બેચેની, ઉંઘનાં ઝોલાં આવવાં, મોઢું સૂકાય, શરીર દુબળું થવા લાગે, ભ્રમ થાય, બળતરા થાય એ સર્વ ઉદાન વાયુપ્રકોપનાં લક્ષણો છે.

ગાત્રોનો વિક્ષેપ, શરીરનાં અંગ તૂટવાં, થાક ઘણો લાગે, સોજા આવવા, શરીરમાં શૂળો ફુટે, ચામડી લુખ્ખી તથા ફાટેલી જણાય, મર્મસ્થાનોમાં દર્દ થાય ત્યારે વ્યાનવાયુ પ્રકોપ પામેલ છે એમ સમજવું.

વાયુ પ્રકોપ પામી, રસ, રક્ત, માંસ, મેદ, અસ્થિ, મજ્જા અને વીર્ય એમ સાતે ધાતુને બગાડે છે અને જેમ જેમ વાયુપ્રકોપના કારણે ધાતુઓ બગડતી જાય છે તેમ વ્યાધિનાં જુદાં જુદાં નામ રૂપો પાડતાં જવાં પડે છે. એંશી પ્રકારના વાયુનાં નામોઃ

એ જ પ્રમાણે તેનાં લક્ષણો ઉપરથી જુદાં જુદાં પાડેલાં જણાય છે. આ શરીરમાં રહેલા દરેકે દરેક સ્થાનમાં એટલે શિરાઓ, ધમનીયો, કન્દરાઓ, સાંધાઓ, હાડકાંઓ, સ્નાયુઓ, મેદ, મજ્જા, માંસ, લોહી. રસ, ચામડી, ધાતુઓમાં સ્થળે સ્થળે પાંચ પ્રકારના વાયુ પ્રાધાન્યપણું ભોગવી પાંચ પ્રકારના પિત્ત અને પાંચ પ્રકારના કફને શુદ્ધ કરીને તેની ધાતુ બનાવે છે તથા અશુદ્ધ દોષોને દોષના રૂપમાં કે ઉપધાતુના રૂપમાં શરીરની બહાર કાઢી નાંખે છે. એટલા માટે વાયુ મહા બળવાન, આખા શરીરના તંત્રને ચલાવનારો, પોષનારો, વૃદ્ધિ કરનારો, હીન કરનારો અને અંતે નાશ કરનારો કહેવામાં આવ્યો છે.

વાયુને મિશ્ર ભાવવાળો અને હીન, મિથ્યા, અતિયોગ રૂપે નિર્ણય કરવા બેસીએ તો તેના એંશી ભેદો ઉપરાંત સેંકડો ભેદો થાય છે. પરંતુ આ સ્થળે એની ચર્ચામાં વિશેષ નહિ ઉતરતાં વાયુના પ્રચલિત વ્યાધિઓની અનુભવી ચિકિત્સા બતાવીને અમે આ વિષયને પૂરો કરીશું.

વાતવ્યાધિ અને પથ્યાપથ્ય

દરેક વ્યાધિમાં પથ્ય રાખવાની ખાસ જરૂર હોય છે, તેમ વાતવ્યાધિમાં પણ ખાસ જરૂર છે. પથ્ય તથા અપથ્યની બેદરકારીથી વ્યાધિ થાય છે અને લંબાય છે; પરંતુ દરદી જો પથ્ય અને અપથ્ય બરાબર સમજી જાય છે તો વ્યાધિમાંથી જલદી મુક્તિ મેળવી શકે છે.

વાયુના દરદવાળાએ પાણી ઘણુ ભાગે કુવાનું પીવું. તે ન મળે અને તળાવ, નદી કે નળનું પાણી મળતું હોય તો તે પાણીને ઉકાળી ઠંડું બનાવીને પીવું. તેમાં ચોમાસામાં તો ખાસ ઉકાળ્યા સિવાય પીવું જ નહિ. દૂધ વિશેષ લેવું. ખોરાક હળવો, પાતળો, ખીચડી, બાજરો, જવ, ચોખા, દાળ, રાબ, વગેરે પ્રકારનો લેવો. વાયુકર્તા, વિદાહી ખોરાક ત્યાગવો. ગરમ કે જાડાં કપડાં પહેરવાં, ગોળ, આદુ, મરી, લસણ, સુંઠ, પીંપર, લવીંગ, તજ, ફુદીનો, કોથમરી એવા

મશાલાવાળો ખોરાક લેવો. આંબલી, કોકમ, છાશ, દહીં, લીંબુ, ભારે ખોરાક, બજારની મિઠાઇ, મિષ્ટાન્નના પદાર્થો, લીલાં શાક, લીલો મેવો વગેરે ખાવાં નહિ, બાદી થવા દેવી નહિ, ઝાડો ને પેશાબ ખુલાસાબંધ આવે તેવા ઉપાયો પ્રથમ કરવા. કારણ કે દરેક વાતવ્યાધિ મળાશય બગડવાને કારણે કબજીયાતથી થાય છે અને વાયુપ્રકોપનું કારણ પણ ઘણા વખતની કબજીયાત છે. એટલે દરેક જાતના વાત-વ્યાધિમાં ઝાડા એકાદ બે બરાબર થયા કરે એવી યોજના દવાની સાથે કરવી જોઇએ. તેમાં ખાસ કરીને એરંડીયું તેલ સર્વોપરી છે. સુંઠના ઉકાળા સાથે દરરોજ એરંડીયું (કેસ્ટર ઓઇલ) આપવાથી અથવા દર ત્રીજે દિવસે આપવાથી વાયુનાં દર્દો જલદી કાબુમાં આવે છે. એરંડાનું ઝાડ વાતવ્યાધિમાં એક કલ્પવૃક્ષ સમાન છે. તેનાં પાન, મૂળ, છાલ, ફળ અને તેલ બધાં અત્યંત ગુણકારી છે. એથી જ તેનું સંસ્કૃતમાં 'વાતારિ' નામ આપેલું છે. સાંધા જકડાઇ ગયા હોય ત્યાં પહોંચી તેને છુટા પાડવામાં તે પુરતી મદદ કરે છે.

તમાકુ અને દારૂનું વ્યસન વાતવ્યાધિવાળાએ છોડી દેવું જોઇએ. ખાંડ જેમ બને તેમ શરીરમાં ઓછી જાય તે માટે ચહા, તેમજ ખાંડ જેમાં પડતી હોય તેવા પદાર્થો બંધ કરવા ઘટે.

સંધીવા (સંધીવાત)

વિરૂદ્ધ ખાનપાનથી લોહીમાં એક પ્રકારનું ખટાશ (લેકટીક એસીડ) વધે છે તથા ક્ષારનો ભાગ ઘટે છે અને તેથી શરીરના સાંધા ઝલાય છે, સાંધાઓમાં દુઃખાવો થાય છે, બરાબર વળી શકતા નથી, અને તે જગ્યાએ સોજો પણ આવે છે. ખાસ ખટાઇ ખાના-રને શિયાળામાં આ વ્યાધિ દેખાવ દે છે. એ ઉપરાંત પરમો અથવા ઉપદંશ થઇ ગયા પછી પણ સંધીવાત થાય છે, તેમજ માબાપનો વારસો પણ મળે છે.

સંધીવા તિક્ષ્ણ રૂપમાં પ્રગટ થાય છે અને શાંત રૂપમાં પણ પ્રગટે છે. તિક્ષ્ણ રૂપમાં સંધીવાત થયો હોય છે તો તેનો એકદમ

હુમલો થાય છે, શરીરના સાંધા જકડાઇ જાય છે અને તાવ વગેરે ઉપદ્રવો સાથે હોય છે. શાંત સંધીવામાં શરીરનો એકાદ સાંધો ઝલાય છે અને દરદી હાલતો ચાલતો રહે છે, જ્યારે તિક્ષ્ણ સંધીવાથી ખાટલાવશ થઇ જવાય છે.

એરંડ, ગુગળ, રાસ્ના, લસણ, અડદ, મેથી, વચ્છનાગ, ઝેરકોચલું, માલકાંકણી, શતાવરી, ભીલામા, વગેરે પદાર્થો વાતવ્યાધિમાં જુદા જુદા પાઠના રૂપથી અપાય છે અને એ બધાં વાતવ્યાધિનાં મહા ઔષધો છે.

સંધીવાતહર કવાથ

રાસ્ના, ધમાસો, બલા, એરંડાનાં મૂળ, દેવદાર, કચુરો, વજ, અરડુશીનાં પાન, સુંઠ, હરડે, ચવક, નાગરમોથ, સાટોડી, ગળો, વરધારો, વરીયાળી, ગોખરૂ, આસંધ, અતિવિષ, ગરમાળાનો ગોળ, શતાવરી, પીંપર, કાંટા સેરીયાનાં મૂળ, બે જાતની ભોરીંગણી, એ બધી ચીજો સરખી લેવી, પણ તેમાં રાસ્ના ત્રણ ભાગ લેવા. તેને તમામને ખાંડી ભૂકો કરી રાખવો.

દરરોજ બે તોલા ભૂકો બશેર પાણીમાં ઉકાળી અઢી તોલા રહે ત્યારે નીચે ઉતારી ગાળી લઇ તેમાં એક વાલ પીંપરનું ચૂર્ણ મેળવી દિવસમાં બે વખત પીવો. ઝાડાની કબજીયાત જણાતી હોય તો એરંડીયું તેલ ૧ થી ૨।। તોલા લેવું. આ કવાથને મહા રાસ્નાદિ કવાથ કહે છે અને તે દરેક જાતના વાતવ્યાધિમાં ઘણું જ સારૂં કામ કરે છે. પરંતુ કવાથની વનસ્પતિઓ તાજી, સારી અને સાચી ભેગી કરવી.

ઉપરનો કવાથ ચાલતો હોય તેની સાથે મહા યોગરાજ ગુગળ અથવા લઘુ યોગરાજ ગુગળની બબે ગોળી સ્હવાર સાંજ બીમાં લપેટી ગળી જવી. (મહા યોગરાજ અને લઘુ યોગરાજના પાઠ પુસ્તકના પરિશિષ્ટમાં આપીશું.)

રાસ્નાદિ ક્વાથ અને યેાગરાજ ગુગળ એ દવાઓ શાસ્ત્રપદ્ધતિની છે. આવી જાણીતી અને અચૂક ફાયદો કરનારી દવાઓ સમજી વિચારી સંધીવાના દરદીઓ ઉપયેાગ કરે તેા સરસ ફાયદો કરે છે, અને લાંબા વખતના ઉપયેાગથી મૂળમાંથી આ વ્યાધિ નાબૂદ થાય છે.

સંધીવાનેા લેપ

રેવંચીની ખટાઇ શેર ૧ તથા શેરી લેાબાન શેર ૧ બેઉને ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરી રાખી મૂકવું. સંધીવાના સાંધા ઉપર આ લેપમાંથી પાણીમાં ખદખદાવી લેપ કરવેા જેથી સાંધા દુઃખતા બંધ થઇ આવેલેા સેાજો ઉતરી જાય છે.

ચેાળવાનું તેલ

વીલાયતી કપુર તેાલા પાંચ, ચેાકખું ટરપેન્ટાઇન તેા. ૨૦, સનલાઇટનેા સાબુ તેા. ૧.

કપુરને ઝીણું વાટવું. તેમાં સાબુ મેળવી પછી ટરપેન્ટાઇન નાંખી ઘૂંટવું. એટલે સફેદ રંગનું તેલ તૈયાર થશે. દુઃખતા સાંધા ઉપર માલીસ કરવાથી સેાજા ઉતારી દુઃખાવેા બંધ કરે છે. દરેક દુઃખાવા ઉપર માલીસ કરી શકાય છે.

મહાન વાતહર તેલ

આકડાનાં પાન, એરંડાનાં પાન, અરણીનાં પાન, ધતુરાનાં પાન, કડવા સેકટાનાં મૂળ, પરબરીયાંના પાન, ઝલનાં પાન, ખરસાણી થેાર.

ઉપરની આઠે વનસ્પતિઓનેા પુરપાટ કરી અંગરસ કાઢવેા અને દરેક પાંચ પાંચ તેાલા લેવેા.

સરસીયું તેલ શેર ૪ લઇ લેાઢાની કડાઇમાં નાંખી ગરમ થાય એટલે ઉપરનેા વનસ્પતિનેા રસ તેમાં નાંખવેા. ધીમે ધીમે નાંખતા જવેા અને તેલ ઉકળવા દેવું. ત્યારબાદ કાયફળ, માલકાંકણી, ચણેાઠી, વચ્છનાગ, મેારપીંછાં, ઝેરકચુલા, સુંઠ, સરસવ, સીંધવા,

પુર, અફીણ, અને રાઇ, એ દરેક ચીજો બબે તોલા ખાંડી તેલમાં ાંખી બળવા દેવી. ત્યારબાદ ઇંગોરાંનાં મીંજ તો. ૫ અને કરંજના ીંજ તો. ૫ ખાંડી નાંખવાં. એ બધું તેલમાં બળી જાય એટલે ીચે ઉતારી તેલને ગાળી લઇ તેમાં સિંહની ચરબી તો. ૨૦ મેળવી ાટલીમાં ભરી લેવું.

આ તેલ એક મહા સમર્થ અને પાછું ન પડે તેવું તેલ છે. ગમે ાવા સાંધા ઝલાઇ ગયા હોય, દુઃખાવો અસહ્ય હોય, સોજો આવી ાયો હોય તે ઠેકાણે ધીમા હાથે માલીસ કરવાથી અને ઉપર સાધા- ણ શેક કરવાથી બીજે જ દિવસે ફાયદો બતાવી દુઃખાવો બંધ રે છે. અનુભવસિદ્ધ ઉત્તમ ગુણકારી તેલ છે. આની બરાબર કોઇ ીજી બનાવટ નથી.

સર્વાંગના સાંધા રહી જવાના કારણે દરદી પથારીવશ હોય, કોઇ ાપાયે શરીર હેરવી ફેરવી શકાતું ન હોય, ત્યારે નીચેનો ઉપાય કર- ાથી અપૂર્વ લાભ થાય છે. આ અનુભવેલો ચોક્કસ ઉપાય છે:

ાળી નંબર ૧

ભીલામા તોલા ૮, ગોળ તોલા ૫, પીંપરીમૂળ તોલો ૧, પીંપર ાલો ૧, અક્કલકરો તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, માલકાંકણી તો. ૧, એ ાર્વ વસાણાંને વાટીને ગોળમાં બોર જેવડી ગોળી વાળવી. સ્હવાર ાંજ એકથી બે ગોળી સુધી પાણી સાથે ગળાવવી.

ઘી, દુધ, ગળપણની સખત પરેજી પળાવવી. ખટાશ કોઇ પણ જાતની આપવી નહિ. રાઇવાળા પદાર્થો આપવા. તેલમાં ભજીયાં નાવી ખાવાં. જેમ તેલ વધારે ખવાશે તેમ જલદી ફાયદો થશે. ાંધીવા તથા લકવામાં અવશ્ય ફાયદો કરે છે, છતાં પરેજી તોડવાથી ુકસાન થાય છે.

ગોળી નંબર ૨

વગર મીઠાની પાકી આંબલી-છોડા તથા કચુકા કાઢી નાંખેલી અને જેને મીઠું લગાડવામાં ન આવ્યું હોય તેવી નવી શેર ૧ તથા બીલામા શેર ૧, એ બેઉને ભેગાં બારીક વાટી ગોળી વાળવા જેવું થાય ત્યારે ચણીબોર જેવડી ગોળી વાળવી. આ ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત એકથી ત્રણ સુધી પાણી સાથે ગળવી. ઉપદંશ અને વિષ્ફોટકને કારણે સાંધા ઝલાયા હોય અથવા અન્ય કારણોએ સાંધા ઝલાયા હોય, કેડ રહી ગઇ હોય, અથવા અન્ય કોઇ પણ સ્થાનનો સાંધો દુઃખતો હોય તો આ ગોળી આપવી. જો સંગ્રહણી અથવા અતિસાર હોય તો આ ગોળી આપી છાશ પાવાથી તુરત ફાયદો થાય છે. ખાસ પરેજી આ ગોળીની નથી, તોપણ રોગને વધારે તેવો પ્રતિકૂળ ખોરાક આપવો નહિ.

ગોળી નંબર ૩

ભીલમા શેર ૧, હરડેદળ શેર ૦॥, બેડાંદળ શેર ૦॥, આંબળાં શેર ૦॥, સુંઠ તો. ૧૫, મરી તો. ૧૫, પીંપર તો. ૧૫, કાળા તલ શેર ૧, ગોળ શેર ૧.

પ્રથમ બધાં વસાણાંને ઝીણાં ખાંડી ગોળમાં મેળવી બોર જેવડી ગોળી વાળવી. સાંધાના દુઃખાવા, અર્ધાંગ વાયુ, વગેરે નાબૂદ કરે છે, શક્તિ લાવે છે. ઉપદંશ-પ્રમેહજનિત સંધીવાતમાં ફાયદો કરી વ્યાધિ નાબૂદ કરે છે. પરેજી ખાસ નથી, છતાં દર્દને અંગેની પરેજી પાળવી.

ગોળી નંબર ૪

મોટું મીઠું દાડમ લઇ તેના દાણા ૫૦૦ ગણીને લેવા, તેમાં જુઇનાં ફુલ ૫૦૦ ગણીને નાંખવા, એને વાટી ત્રણ ચણોઠીભારની ગોળી વાળવી. હમેશાં સવાર સાંજ ચાર ગોળી ખવરાવવી. ઘઉંની થુલી તથા દુધ સિવાય બીજો ખોરાક આપવો નહિ. સાત દિવસમાં

અપૂર્વ લાભ થાય છે. સાંધાનો વા તથા શરીરમાં આવેલો અન્ય વા મટી જાય છે.

કટીગ્રહ (કેડ રહી જવી–ટચકીયું)

ઘણી વખત અચાનક કેડ પકડાઇ જાય છે તેને કટીગ્રહ કહે છે. લોકો તેને ટચકીયાના નામથી પણ ઓળખે છે. આ વ્યાધિ બેચાર દિવસમાં સારો થઇ જાય છે, પણ જ્યારે શરૂ થાય છે ત્યારે દરદી ઉઠી–બેસી શકતો નથી. એ થવાનું કારણ ખાસ કરી કબજીયાતનું હોય છે. સખત મળાવરોધ થવાથી અપાન કે કટી પ્રદેશની શિરાઓ અને સ્નાયુઓને જકડી લે છે.

તેનો ઉપાય

પ્રથમ અઢીથી પાંચ તોલા જેટલું એરંડીયું તેલ દરદીને સુંઠના ઉકાળા સાથે આપવું અને પાંચદશ ઝાડા થવા દેવા. એક વખત આપવાથી ઝાડા બરાબર ન થાય તો ફરી એક દિવસ રહીને આપવું ત્યારબાદ નીચેનો ઉકાળો દિવસમાં બે વખત આપવો.

રાસના તો. ૫, ધમાસો તો. ૨, બળદાણાનું મૂળ તો. ૨, એરંડમૂળ તો. ૨, દેવદાર તો. ૨, સાટોડીનાં મૂળ તો. ૨, ગરમાળાનો ગોળ તો. ૨.

એ સાત ચીજોને આખીપાખી ખાંડી તેમાંથી બે તોલા ભૂકાને બે શેર પાણીમાં નાંખી તેનો ઉકાળો કરી પાંચ તોલા રહે એટલે ઉતારી લેવો. દિવસમાં ૨ વખત પીવો. સાથે નીચેની ગોળી લેવી.

સારો ઉંચી જાતનો ગુગળ તો. ૫, હીંગળોક તો. ૫, બોળ તો. ૫. પ્રથમ હીંગળોકને જુદો ઘૂંટી નાંખવો, બોળને જુદો ખાંડવો. ગુગળને ખાંડણીમાં નાંખી જરા ઘીવાળો કરી ખાંડવા માંડવો. નરમ થાય એટલે બાકીની બે ચીજો મેળવી અરીઠાનાં મીંજ જેવડી ગોળી વાળવી.

દિવસમાં ત્રણ વાર એકેક ગેાળી પાણી સાથે ગળવી. કમરનેા દુઃખાવેા, કમર રહી જવી, કરેાડરજ્જુનેા દુઃખાવેા, તાજો થયેલેા કે જૂનેા ગમે તેવેા હેાય તેા પણ નાબુદ થઇ જાય છે, બહુ જ ગુણકારી અને અપૂર્વ વસ્તુ છે.

ટચકીયું ભાંગવાની ક્રિયા

સાત માટીની ઠીકરીએા લઇ, દરદીને ઉંધેા સુવરાવી, કેડના ત્રિકના ભાગ ઉપર એક ઠીકરી મૂકી ટચકીયું ભાંગનાર હાથમાં સાંબેલું (અનાજ ખાંડવાનું) લઇ, પગનેા એડીનેા ભાગ ઠીંકરી ઉપર મૂકી, કેડ ઉપર ચડી, બીજી બાજુ જાય છે. એવી રીતે સાત વખત ઠીંકરી મૂકે છે અને સાત વખત કેડ ઉપર ચડી એાળંગે છે. આવી રીતે ત્રણ દિવસ કરવાથી ટચકીયું મટી જાય છે અથવા એાછેા વધતેા લાભ થાય છે. નાના ગામડામાં ટચકીયું ભાંગનાર આવા એક બે માણસેા હેાય છે, તે મેાઢેથી કાંઇ મંત્ર ભણતા હેાય એમ જણાય છે. એ મંત્ર તેા માત્ર દરદીને શ્રદ્ધા બેસવા પુરતેા હેાય છે. બાકી આ ક્રિયાથી સ્નાયુના ચેાકઠામાં એકત્ર થયેલેા વાયુ છુટેા થાય છે, અમુક પ્રકારની ચંપી મળે છે અને જકડાયેલેા કેડનેા ભાગ છુટે છે, વગર પૈસે થતેા આવેા નિર્દોષ પ્રયેાગ અજમાવવા અમે ભલામણ કરીએ છીએ.

卐

પ્રકરણ ૫૧મું

પક્ષાઘાત

મગજ તથા બરડાની કરેાડરજ્જુ સાથે સંબંધ રાખનારા મજ્જાતંતુ ઉપર લેાહીનું દબાણ થવાથી તે તંતુએાનેા વ્યાપાર બંધ પડે છે અને તેથી આ દરદ થાય છે. લકવેા એક જ જાતનેા નથી. મ્હેાંનેા લકવેા, જીભનેા લકવેા, હાથનેા લકવેા. એમ જુદાં જુદાં સ્થાનનેા લકવેા થાય છે. આને પક્ષાઘાત કહે છે. પક્ષાઘાત એટલે

કોઈ પણ અવયવનો ઘાત થવો. અર્થાત્ તે અવયવ ક્રિયારહિત થવું. તે રીતે ગમે તે અંગનો ઘાત થાય તો પણ તેનો સંબંધ મગજ સાથે હોય છે.

ત્યારે જોવાનું એ છે કે એવી શી ક્રિયા થાય છે અને તે શાથી બને છે કે એથી શરીરનાં ઉપયોગી અંગ જૂઠાં પડી જાય છે?

શરીરની હીલચાલનો આખો વ્યાપાર મગજ તથા બરડાની અંદરના મજ્જાતંતુઓ દ્વારા થાય છે, આપણે હાથપગ વગેરે આપણી ઇચ્છાથી ચલાવી છીએ. એ ઇચ્છાશક્તિ મગજમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે અને એ શક્તિ મજ્જાતંતુઓ દ્વારા શરીરમાં માંસને, રજ્જુઓને તથા સ્નાયુઓને પહોંચે છે ત્યારે તેઓ હાલી ચાલી શકે છે. પણ જ્યારે મગજમાં વિકાર-ફેરફાર થાય છે ત્યારે મગજની ઇચ્છાનો હુકમ બજાવવાને મજ્જાતંતુઓ અશક્ય બને છે અને તેથી શરીરની હીલચાલ કરનાર માંસ, રજ્જુઓ અથવા સ્નાયુઓ સુધી તે મજ્જાતંતુઓના હુકમ પહોંચતા નથી. જે બાજુનો આ વ્યાપાર બંધ પડે છે તે બાજુનું અંગ જૂઠું-ક્રિયારહિત થાય છે.

તેનું કારણ

મગજમાં આ ફેરફાર ઘણાં કારણોથી થાય છે. મગજમાં બહુ લોહી ચઢી જવાથી, મગજમાંથી લોહીસ્રાવ થવાથી, બીજા વિરૂદ્ધ પદાર્થોનો સંચય થવાથી, મજ્જાતંતુ ઉપર દબાણ થવાથી.

આ દરદ એકાએક થઈ આવી, અંગ જૂઠું પડે છે અથવા ધીમે ધીમે અંગ નબળું બનતું જઈને છેવટે જૂઠું પડે છે. તેનાં સ્પષ્ટ કારણો નીચે મુજબનાં છે:

(૧) આંતરડાં તથા મૂત્રપિંડના વ્યાધિથી. (૨) વાઈ, હીસ્ટીરીયા, આંચકીના વ્યાધિથી. (૩) વૃદ્ધાવસ્થામાં મગજને બરાબર પોષણ નહિ મળવાથી. (૪) ઉપદંશ-ગરમીનો રોગ થઈ ગયા પછી.

શરીરમાં ઝેર રહી જવાથી. (૫) સીસાનું ઝેર શરીરમાં જઇ લોહીમાં મળવાથી. (૬) દારૂ પીવાની ટેવ પડી જઇ તેની હદ ઓળંગવાથી. (૭) બરડા કે કરોડરજ્જુ ઉપર લાઠીનો માર પડવાથી અથવા તે જગ્યાએ રોગ થવાથી. (૮) મગજ ઉપર લાઠીનો માર વાગવાને કારણે કોઇ નસ તુટી જવાથી કિંવા અત્યંત લોહીસ્રાવ થવાથી.

પક્ષાઘાત એ ઘણો ગંભીર અને વિચિત્ર લક્ષણો ધરાવતો વ્યાધિ છે. તેની માવજત, સારવાર અને ઉપચાર કરનાર વૈદ્ય બુદ્ધિશાળી, અને ક્રિયાકુશળ તથા અનુભવી હોવો જોઇએ, તેમ જ દરદી અને તેના વાલીઓ ધીરજ અને શ્રદ્ધા રાખનાર, ખંતીલા હોય છે તો આ વ્યાધિમાંથી જલ્દી મુક્તિ મેળવી શકે છે. લકવો જેમ નવો હોય તેમ જલદી સારો થવા સંભવ છે. એ દર્દ જૂનું થતું જાય છે તેમ તેને મટતાં બહુ વાર લાગે છે. વળી દરદીની ઉમર પણ જેમ ન્હાની તેમ એને મટવાની વહેલી સંભાવના રાખી શકાય. પચાસ પંચાવન વરસની ઉપર ઉમર થઇ ગયા પછી શરીરમાં સાધારણ નિર્બળતા હોય છે અને લોહીનું અભિસરણ પણ નબળું હોવાથી જુવાન શરીર જેટલો જલ્દી તેને લાભ થતો નથી; છતાં વ્યાધિનું ચોક્કસ નિદાન થાય અને ઉપચારનો નિર્ણય કરી, ધીરજ રાખી, જો માવજત કરવામાં આવે, તો લકવો નથી મટતો એમ માનવું ન જોઇએ. જો કે એટલું ચોક્કસ છે કે મહીનાઓ સુધી આ વ્યાધિ સારવાર માગે છે. ચાર આઠ આની ફાયદો જણાયા પછી દરદી દવા છોડી દઇ મનમોજી થઇ જાય છે તો તે ફરીથી પાછો એ વ્યાધિમાં ફસાય છે.

તેનો ઉપાય

એરંડીયું તેલ આ વ્યાધિમાં અમૃત સમાન કામ કરે છે. દરેક વાતવ્યાધિમાં જેમ તે ફાયદો કરે છે, તેમ આ વ્યાધિમાં પણ સૂંઠના ઉકાળા સાથે અને બીજા ઉપચારો ચાલુ હોય ત્યારે પણ આપવું જ જોઇએ. એથી દરરોજ દરદીનો મળાશય સાફ થતો રહે છે. ઘણો

વખત એરંડીયું તેલ એકલું પણ ધીમે ધીમે આ વ્યાધિમાં ફાયદો કરતું જણાય છે.

એકાંગવીર રસ

શુદ્ધ પારદ, ગંધક, રસસિંદુર, લોહભસ્મ, તામ્રભસ્મ, અભ્રકભસ્મ, નાગભસ્મ, એ દરેક તોલા આઠ, લીંબડાનો ગુંદર, બાવળનો ગુંદર, આસોંધ, કચુરો, સુંઠ, પીંપર, મરી, અક્કલકરો, ગોખરૂ, ગળો, શેકેલી હીંગ, હરડે, રાસ્ના, દેવદાર, ગરમાળાનો ગોળ, બીલીનાં મૂળની છાલ, અરણીનાં ફુલ દરેક તોલા ૪, ગુગળ તો. ૪૦, શીલાજીત તો. ૨૦.

ઉપરની વસ્તુ મેળવી એક ખરલમાં નાંખી તેને સરગવાની શીંગના ઉકાળાની, કુંવારના રસની, નગોડના પાનના રસની, ભાંગરાના રસની, ચિત્રાના ઉકાળાની, આદુના રસની, ઝેરકોચલાના ઉકાળાની એકેક ભાવના દઈ પછી ચણોઠી જેવડી ગોળી વાળવી.

દિવસમાં ત્રણ વખત દરેક વખતે ૨ થી ૬ ગોળી સુધી બળાબળનો વિચાર કરી ઘીમાં લપેટી ચટાડવી, ઉપર અગાઉ જણાવેલો મહારાસ્નાદિ ક્વાથ પીવો અને દરરોજ અર્ધા અંગ ઉપર જ્યાં ઝલાયું હોય કે બુઠું પડયું હોય ત્યાં નીચેનું તેલ ચોળવુંઃ

નારાયણ તેલ

આસન, કાંસકીનાં મૂળ, બીલીનાં છોડાં, પહાડમૂળ, નાની તથા મોટી ભોરીંગણીનાં મૂળ, ગોખરૂ, બળબીજ, લીંબડાની છાલ, અર્લુનાં છોડાં, સાટોડી, લજામણી, છીણીનાં મૂળ.

એ દરેક ઔષધ એકેક શેર લઇ થોડાં થોડાં ખાંડી, આઠ મણ પાણીમાં ઉકાળો કરવો, ચોથા ભાગનું પાણી રહે ત્યારે તેને ગાળી લઇ તે ઉકાળામાં તલનું તેલ શેર ૫ નાંખી ચુલે ચઢાવવું.

ત્યારબાદ શતાવરી શેર પાંચ લઇ તેને ખાંડી, બે મણ પાણીમાં તેને એક દિવસ પલાળી બીજે દિવસે ઉકાળો કરી, દશ શેર પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લેવું. ઉપર જણાવેલ તેલ અને ઉકાળો ચૂલે ચઢાવ્યો હોય તેમાં પાણીનો ભાગ બળી જઇ તેલ માત્ર બાકી રહે ત્યારે આ શતાવરીનો ઉકાળો અંદર નાંખી પુનઃ ઉકાળવું. ત્યારબાદ ઘોડાવજ, એલચી, સુખડ, કાળો છડ, વરીયાળી, દેવદાર, જટામાંસી, સીંધવા, આસન, કાંસકીનાં મૂળ, રાસ્ના એ એાસડો આઠ આઠ તોલા લઇ દશ શેર દુધમાં ખાંડી પલાળવાં. ઉપરનો શતાવરીનો ઉકાળો બળી જઇ તેલ બાકી રહે ત્યારે આ દૂધ અને ઓસડો નાંખવાં અને ઉકાળવું. ઉકાળતાં દૂધ બળી જાય અને માવો છુટો પડે એટલે તેમાંથી તેલ ગાળી લેવું. પરંતુ આ માવો અને દવાઓ તેલમાં નાંખતાં તેલ બળી જાય છે અને છુટું પડતું નથી. એટલા માટે દુધવાળો મસાલો અને દુધ બળી જવા આવે એટલે તેમાં એક મણ જેટલું પાણી નાંખી, એકાદ બે ઉભરા આવવા દઇ નીચે ઉતારવાથી તેલ ઉપર તરી વળશે, તેને હાથવડે જુદા વાસણમાં લઇ લેવું અને ગરમ કરી પાણીનો અંશ બાળી નાંખી બાટલીમાં ભરવું. આ તેલ મહાન ગુણકારી અમૃત સમાન છે.

તેને માટે મહેનત કરી બનાવનારને જશ અને ધનની પ્રાપ્તિ થાય છે. લકવાના દરદીને ચોળવાથી તેની નાશ પામેલી સ્પર્શશકિત પુનઃ પ્રાપ્ત થાય છે, મજ્જાતંતુઓને કામે લગાડી ધીરે ધીરે જાગૃતિ લાવી, જૂઠું પડી ગયેલું અંગ સજીવન થાય છે. માત્ર આ તેલ ચોળવાના કામમાં આવે છે એટલું જ નહિ, પણ દરરોજ અરધા તોલા જેટલું સહવારમાં દુધમાં નાંખી પીવાથી, અંડવૃદ્ધિ ચરબીથી ફુલી હોય તેમાં ફાયદો કરી લાંબા વખતે ઠેકાણે લાવે છે. મેદવૃદ્ધિને લઇને પેટ ફુલવા માડયું હોય તેનો મેદ ઘટાડી પેટ અસલ સ્થિતિમાં લાવે છે. મગજના અત્યંત દુઃખાવામાં નાકમાં બબ્બે ટીપાં મૂકવાથી ફાયદો થાય છે. સ્ત્રીઓના યોનીમાર્ગમાં શૂળ આવતું હોય, સોજા હોય,

ચાંદાં પડી ગયાં હોય, અટકાવ આવતી વખતે અત્યંત પીડા થતી હોય કે ગર્ભાશયમાં વાયુ હોય અને ગર્ભ થતો ન હોય એવી સ્ત્રીને આ તેલમાં રૂને પલાળી દરરોજ ગુપ્ત ભાગમાં પહેરાવવાથી અત્યંત લાભ થાય છે.

મલ્લસિંદુર વટી

મલ્લસિંદુર તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, મરી તો. ૧, પીપરીમુળ તો. ૧, અક્કલકરો તો. ૧, જાયફળ તો. ૧, એલચી તો, ૧, લવીંગ તો. ૧, કેસર તો. ૧.

પ્રથમ મલ્લસિંદુર એક દિવસ ખરલમાં ઘુંટાવવો, ત્યારબાદ બીજી વસ્તુઓ બારીક ખાંડી, અંદર મેળવી, પાનના રસમાં મગના દાણા જેવડી ગોળી બનાવવી.

એકથી ૨ ગોળી સ્હવાર સાંજ મધ સાથે ચટાડવી. ખટાશ બીલકુલ દેવી નહિ. ૨૧ દિવસ આ ગોળી આપીને વચમાં આઠ દિવસ બંધ કરવી, દૂધનો ખોરાક વિશેષ આપવો, તેમ જ ગોળી સાથે મહા રાસ્નાદિ ક્વાથ એરંડીયું નાંખી આપવો. ચોક્કસ અને આશાતીત લક્વાના દરદીને પૂર્ણ ફાયદો કરે છે. આ સિવાય અગાઉ બતાવેલો મહાયોગરાજ ગુગળ અને મહારાસ્નાદિ ક્વાથ લાંબા દિવસ સુધી ચાલુ રાખી પથ્યનો વિચાર કરી જો સારવાર કરવામાં આવે છે, તો લક્વો સારો થાય છે. આ વિષયમાં બતાવેલા ઉપચારો અમારા હાથથી સેંકડો વખત વપરાયેલા, અનુભવસિદ્ધ નીવડેલા ઉપચારો છે. માત્ર લકવા જેવા વ્યાધિમાં બુદ્ધિ પહોંચાડી ઉપચાર અને સારવાર કરવાથી રોગ કાબુમાં આવે છે.

卐

પ્રકરણ ૫૩મું
અગ્રસી (સાયાટીક)

આ વ્યાધિમાં પ્રથમ કુલામાં સાધારણ દરદ થાય છે. પછી કમર, સાથળ, ગોઠણ અને પગ સુધીની પીડા થાય છે અથવા દાહ થાય છે. ક્યારેક એક પગમાં અને ક્યારેક બન્ને પગમાં સાથે પણ હોય છે. ઉભી ધોરી નસનો દુઃખાવો જણાય છે, દરદી હરતો ફરતો રહી દરદની બૂમો પાડે છે અને ક્યારેક ખાટલાવશ બને છે.

અગ્રસી બે પ્રકારે થાય છે: વાતપ્રકોપથી અને કફપ્રકોપથી.

(૧) વાતપ્રકોપથી થયેલી અગ્રસીમાં પીડા વધારે હોય છે, તેની સાથે દાહ થાય છે, અંગ જકડાઈ જાય છે અને પગ લાંબો ટુંકો કરતાં અત્યંત પીડા થાય છે, સાંધાઓ ફરક્યા કરે છે અથવા નસ ફરકે છે.

(૨) કફપ્રકોપથી શરીર વજનદાર જણાય છે. મોઢામાં મોળ, સુસ્તી અને અન્ન ઉપર અરૂચી જણાય છે.

તેનો ઉપાય

રાસ્ના સારી જાતની તો. ૫, ગુગળ તો. ૫, બન્ને વસ્તુને ઘીનો હાથ દઈ જરા પાણી નાંખી બબે વાલની ગોળી વાળવી. પ્રથમ દરદીને એરંડીયા તેલનો જુલાબ દઈ ત્યારબાદ આ ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત ગાયના મૂત્ર સાથે બબે આપવી. ગાયનું મૂત્ર પી ન શકે તેણે પાણી સાથે ગળવી. દુઃખાવા ઉપર અગાઉ બતાવેલા કોઈ પણ જાતના તેલની માલીસ કરવી.

લસણ પાક

સારૂં ઉંચી જાતનું એક કળીનું લસણ તો. ૬૪ લઈ ઉપરથી ફોતરાં કાઢી રાત્રે છાશમાં પલાળી રાખવું. સવારમાં પાણીથી ધોઈ

તેને છુંદી નાંખવું. ત્યારબાદ ભેંશનું અથવા ગાયનું વીશ શેર દૂધ લઇ તેને ચુલા ઉપર ચઢાવી ઉકાળવું. ઉકાળતાં ધાટું થાય એટલે અંદર છુંદેલું લસણ નાંખી દેવું અને હલાવ્યા કરવું. માવેા તૈયાર થવા આવે એટલે ઘી શેર બે નાંખી શેકવું, જેથી ચીટી તૈયાર થશે. ત્યારબાદ સાકર શેર ૫ ની ચાસણી બનાવી, તેમાં રાસ્ના, શતાવરી, અરડુશી, કચુરેા, સુંઠ, દેવદાર, વરધારેા, અજમેા, ચિત્રક, સુવા, સાટોડી, લીંડીપીપર, અને વાવડીંગ એ દરેક વસ્તુ બબે તેાલા ખાંડીને ચાસણી તૈયાર થયે તેમાં ઉપરનેા લસણવાળેા માવેા તથા આ મસાલેા નાંખવેા અને પાક ઠારી દેવેા. જો ચાટણ જેવું બનાવવું હેાય તેા તેમાં એક શેર ચેાકખું મધ નાંખવું, જેથી નરમ રહેશે.

તેનું પ્રમાણ

પાંચથી દશ તેાલા સવારમાં ખાઇ ઉપર દૂધ પીવું, બપેારના જમતી વખતે ખટાશ અને તેલ મરચાં સિવાયનેા ખેારાક ખાવેા, સાધારણ તેલ મરચું લેવાય તેા વાંધેા નથી. પરંતુ ખટાશ લેવી નહિ.

આ લસણપાક ચમત્કારિક પાક છે. ગ્રધ્રસી ઉપર રામબાણ અસર કરે છે. એ ઉપરાંત શરીરના બીજા ભાગના વાતવ્યાધિએા ઉપર, સાંધાના દુઃખાવા ઉપર, શિયાળામાં શરદી બહુ લાગતી હેાય, સળેખમ વારે ઘડીએ થઇ આવતું હેાય, કેડેા દુઃખતી હેાય કે હાથ પગ ઠંડા રહેતા હેાય, થેાડી પણ ટાઢ ન સહન થતી હેાય અને વૃદ્ધાવસ્થાને કારણે શિયાળેા આકરેા થઇ પડનાર માટે આ પાક બહુ ઉપયેાગી અને અસરકારક જણાયેા છે. જો પાકને વધુ સ્વાદિષ્ટ બનાવવેા હેાય તેા તેમાં બદામ, પીસ્તા, ચારેાળી અને કેસર વગેરે નાંખી શકાય છે. બાર-પંદર વરસના છેાકરા નબળા દુબળા રહે છે, તેમનેા બાંધેા તૈયાર કરવા માટે આ પાક ઠીક પડે છે. માત્ર એ માટે તેમાં આહન તેાલા ૧૦ વિશેષમાં નાંખવું જોઇએ.

અશ્વિદેવ વટી

પારદ, ગંધક, લોહભસ્મ, દરેક તો. ૮, એરંડાનું મૂળ, બીલીનું મૂળ, બેઠી ભોરીંગણીના ડોડવા, રાસ્ના, ગુગળ, શેશગુંદર, રાળ, ગરમાળો, ગોખરૂ, હરડે, સુંઠ, મરી, પીંપર, બળદાણા, ગળો, વરધારો, સમુદ્રફળ, કાયફળ દરેક તો. ૩.

ઉપરની સઘળી વસ્તુ મેળવી તેની અંદર તો. ૧૦ એરંડીયું નાંખવું. ત્યારબાદ બકરીના દુધની, ગોમૂત્રની, અગ્ણીના રસની એકેક ભાવના દેવી (એકેક દિવસ ઘુંટવું.) ત્યારબાદ દવાનો પીંડો વાળી, અનાજના ઢગલામાં બે દિવસ રાખવો. અનાજના ઢગલામાં રાખતાં પહેલાં દવાના પીંડા ઉપર એરંડાનાં પાંદડાં વીંટાળવાં. બે દિવસ પછી બહાર કાઢી એરંડાના મૂળનો ઉકાળો કરી તે ઉકાળો નાંખી ફરી એક દિવસ ઘુંટી ચણોઠી જેવડી ગોળી વાળવી. ૨ થી ૬ ગોળી સુધી બકરીના દુધમાં દિવસમાં ત્રણ વખત આપવી. ગ્રધ્રસી ઉપર અજબ ફાયદો કરનારી આ ગોળી છે. ચિકિત્સકો અને અન્ય બંધુઓ જરૂર અજમાવી ખાત્રી કરે.

લેખનાઘાત (વાતવ્યાધિ)

ઘણું લખવાની ટેવવાળા અથવા મગજ ઉપર ચિંતાનો બોજો જેને ઘણો હોય છે, કિંવા જેના સ્નાયુ મંદ થઇ ગયા હોય છે અથવા જેઓ સ્નિગ્ધ પદાર્થો ઓછા ખાય છે તેવાઓને આ વાત-વ્યાધિ થાય છે. એટલે કલમ ઉઠાવી લખવા જતાં હાથ સ્તંભી જાય છે કે પછી હાથ કમ્પવા લાગે છે. હાથ સ્તંભી જવા કરતાં હાથની કમ્પારી ઘણાને જોઇ છે. ચાલીશ વરસની ઉમર અથવા તેની આસ-પાસના આધેડ વયના માણસને આ વ્યાધિ થતો જોવામાં આવે છે. બીજી જ જાતનો થોડા ફેરફારવાળો કમ્પવા અથવા કમ્પવાત્ પણ વૃદ્ધાવસ્થામાં થાય છે. પરંતુ એ વ્યાધિ અને આ વ્યાધિમાં ઘણો ફરક છે. કમ્પવા તો ઘણી મોટી ઉમરે પહોંચેલા અતિ વૃદ્ધને થતો

બેઠો છે, અને એ વ્યાધિ વૃદ્ધાવસ્થામાં થયા પછી ગમે તેવા સારા ઉપચારો કરવામાં આવે તો પણ મટતો નથી. બીજી જાતનો કમ્પવાત્ લકવો થઇ ગયા પછી કેટલાક દરદીને થાય છે અને એ પણ મટતો નથી. પરંતુ આ લેખનાઘાત તો મટી શકે છે. વળી લેખનાઘાત લખવા વખતે જણાય છે, સાધારણ અવસ્થામાં નથી જણાતો. કમ્પવા તો હરહમેશાં ચાલુ રહે છે. તેમાં હાથ કંપે છે તેવી જ રીતે કેટલાક વૃદ્ધ ઉમરના માણસનું મસ્તક પણ કંપે છે.

ઉપાય–કચુર્શુદ્ધિ ગુટીકા

ઝેરકોચલાં શેર એ તેને ગૌમુત્રમાં પલાળવાં. બીજે દિવસે તે મૂત્ર કાઢી નાંખી બીજું ઉમેરવું. એવી રીતે બેંતાલીશ દિવસ સુધી દરરોજ ગૌમુત્ર બદલતાં જવું અને ઝેર કચુરાને રાત દિવસ તડકો તથા ઝાકળ ખાવા દેવાં. તેંતાલીસમે દિવસે તે કચુરાને મીઠા પાણીથી ધોઇ લઇ તેના ઉપરથી છાલ કાઢી નાંખી તેના કટકા કરી તેને પુનઃ મીઠા પાણીથી ખૂબ ધોઇને બીજા મીઠા પાણીમાં પલાળવાં, ફરી બીજા દિવસે પાણીથી ધોઇ નાંખવાં. એવી રીતે પલાળતાં અને ધોતાં લીલું પાણી નિકળતુ બંધ થાય અને જેવું પાણી નાંખીએ તેવું સ્વચ્છ પાણી નિકળે ત્યારે તેને કપડેથી લૂછી નાંખી ઝેરકોચલાને અરધો મણ દૂધમાં બાફવાં. દૂધનો માવો થઇ જાય એટલે ઠંડા પાડી, બીજું પાણી અંદર નાંખી કચુરાને ધોઇ લેવાં. આટલી ક્રિયા કરવાથી ઝેરકચુરામાંથી ઝેર અને કડવાશ બેઉ જતાં રહે છે. તે શુદ્ધ થયેલાં ઝેરકચુરાને ખૂબ વાટવાં. વાટતાં નહિં વટાય તો થોડું પાણી નાંખીને પણ બારીક બનાવવાં. પરંતુ જો સુકાઇ ગયાં તો પછી કેમે કરી વટાતાં નથી. માટે લીલાં ને લીલાં જ વાટવાં. પછી તજ તો. ૨, લવીંગ તો. ૪, જાયફળ તો. ૪, મરી તો. ૪, કેસર તો. ૨, અકકલકરો તો. ૮, જાવંત્રી તો. ૪, પીંપર તો. ૨, તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી તે ઝેરકચુરાની અંદર નાંખવું. ત્યારપછી

લવીંગ શેર ૦।, કાળાં મરી શેર ૦।, અને જાયફળ શેર ૦। ત્રણે વસ્તુને ખાંડી તેનો ઉકાળો કરી બે દિવસ સુધી આ ઉકાળો નાંખી ઘુંટવું અને ત્યારબાદ મરીના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી.

પ્રમાણ ૨ થી ૪ ગોળી પાણી સાથે ગળાવવાથી લેખનાઘાત ઉપર તાત્કાલિક અસર કરે છે, સ્નાયુને મજબૂત બનાવે છે, એટલું જ નહિ પરંતુ સંધીગત વાયુ, અને શિરાગત વાયુમાં પણ આ ઔષધ અજબ જેવું કામ કરે છે. ઉપરાંત પેટમાં વાયુ રહેતો હોય, ભૂખ બરાબર ન લાગતી હોય, ખોરાકનું પાચન નહિ થતું હોય, તેમ ઝાડાની કબજીયાત હરહંમેશ રહ્યા કરતી હોય, પેટમાં ગુડગુડ અવાજ કરતો હોય, વાયુ આંતરડામાં દોડયા કરતો હોય, જમ્યા પછી પેટ ભારે થઇ જતું હોય, તેવા દરદીને આ ગોળી આઠ દિવસ પેટમાં જતાં ચમત્કાર બતાવી આપી, શક્તિ અને સ્ફુર્તિ બક્ષે છે. કોઇ પણ જાતની રેચક દવાઓ આ નુસખામાં નહિ હોવા છતાં પચીને ઝાડો થાય છે. કારણ કે સુસ્ત બની બેઠેલાં આંતરડાંને જાગૃત બનાવી અપાન વાયુને કામે લગાડવાનો આ ગોળીનો ગુણ છે. તેમ જ વધારે પડતા થયેલા અથવા થતા અપાનને કબજે કરે છે. એટલે પેટનાં દરદોવાળાને માટે આ ગોળી એક આશીર્વાદ જેવી છે. આ ગોળીઓ અમે રતલબંધી બનાવીને વાપરી છે અને અનુભવ મેળવ્યો છે.

જો આ ગોળીને શક્તિ આપનાર પ્રાકૃતિના રૂપમાં ફેરવી નાંખવી હોય તો ઉપરની ગોળીઓ બનાવતા પહેલાં અને તેને ઉકાળો પાયા પહેલાં તેની અંદર બરાસ તો. ૧, કસ્તુરી વાલ ૪, સોનાના વરખ વાલ ૫ નાંખી પછી ઉકાળાનો પટ આપી ગોળી બાંધવી; અથવા ચાટણ જેવું રાખવું હોય તો અરધો શેર મધ નાંખી ચાટણ બનાવવું. પ્રમાણ ૨ થી ૪ ગોળી અથવા ચારથી આઠ રતિ ચાટી ઉપર દૂધ પીવું. મીઠું, મરચું, ખટાશ બંધ કરી, દૂધ-ઘીનો ખોરાક વધુ લેઇ, આ દવા શરૂ કરવાથી અમે તેવા નપુંસકને પુરૂષાતન આપે છે,

ચીંથરા જેવી નસોને પુષ્કળ પાવર આપે એવી મહાન ગુણકારી આ દવા બને છે. જે ભાઇઓની ખાત્રી કરવા ઇચ્છા થાય તેમણે આ ઔષધ બનાવી, વાપરી પૂર્ણ ખાત્રી મેળવી લેવી.

આમવાત

પ્રકૃતિ વિરૂદ્ધ આહારવિહાર કરનારા, મંદ અગ્નિવાળા, કસરત એટલે કે જોઇએ તેટલો શ્રમ નહિ કરનારા, રોજ મિષ્ટાન્ન ઉપર રહેનારા બ્રાહ્મણો, ધર્માચાર્યો અને સેવકની સેવાના નૈવેદ્ય આરોગનારા કહેવાતા સાધુ પુરૂષોને આમવાત થાય છે. એટલે ખાધેલા ખોરાકનો જઠરમાં જે રસ બને છે તેમાંથી કાચો રસ વાયુથી પ્રેરાઇ કફનાં સ્થાનકોમાં જાય છે અને ત્યાં કફના સંબંધથી વિશેષ બગડી, શરીરમાં આમ ફેલાવનારી ધોરી નસમાં પ્રવેશ કરે છે. આ અન્નરસ વાયુ, પિત્ત તથા કફથી બગડીને બધી નસોમાં ભરાય છે. આ આમ વિવિધ રંગનો ચીકણો અને તેલીઓ હોય છે. અને આમયુક્ત વાત તથા કફ એક જ સમયે કુપિત થઇ કેડમાં પ્રવેશ કરીને શરીરને જડ બનાવે છે.

આમવાતના દરદીનાં લક્ષણો સંધીવા તથા અજીર્ણના દરદીને મળતાં હોય છે. હાથ, પગ, ઘંટું, કેડ, ઘુંટણ અને સાથળના સાંધાઓમાં વેદનાવાળો સોજો થાય છે. જ્યાં જ્યાં આમ ફેલાયો હોય છે ત્યાં વીંછીના ડંખ જેવી વેદના થાય છે. જઠરાગ્નિ મંદ પડે છે, મ્હોંમાંથી ફીણવાળું પાણી છુટે છે, અનાજ ઉપર અભાવ થાય છે, શરીર ભારે થાય છે, સોજામાં બળતરા થાય છે, પેશાબ ઘણો થાય છે, શૂળ નિકળે છે, દિવસે ઉંઘ આવે છે અને રાત્રે અનિદ્રા રહે છે, તૃષા, ઉલટી, ઉબકા, ભ્રમણા, મૂર્ચ્છા, છાતીમાં દર્દ, શૂળ, દસ્તનો કબજો, શરીર જડ વગેરે ઓછાં વધતાં ચિહ્નો જણાવા લાગે છે.

જ્યારે વ્રણદોષ પ્રકોપ પામી શરીરે સોજા આવી જાય છે ત્યારે આમવાતના વ્યાધિવાળો દરદી અસાધ્ય થાય છે. બરાબર

નિદાન કરવામાં ન આવે તો કેટલીક વાર સંધીવા અને આમવાતમાં ભૂલાવો ખવાઇ જવાય છે.

ઉપાય નં. ૧: મુમ્બઇ

રાળ તો. ૧૦, લવીંગ તો. ૨, સુંઠ તો. ૨, મરી તો. ૫, ઘોડાઆહન તો. ૨, તેલ તો. ૧૦.

તેલ સિવાયની વસ્તુ ખાંડી તેની અંદર તેલ નાંખી, કલાઇ કરેલા ત્રાંબાના ઘડામાં અથવા વપરાઇ ચીકટા બનેલા માટીના ઘડામાં ભરવું. ઘડાના તળીએ આંગળી જાય તેવડું છિદ્ર પાડવું. તે છિદ્રમાં ઘોડાના પૂંછડાનો કુચો ભીડાવવો, (સખ્ત નહિ પણ ઢીલો) ત્યારબાદ જમીનમાં ખાડો ખોદી એ ખાડાની વચમાં એક પ્યાલો રહે તેવો નાનો ખાડો ખોદવો. તેમાં કાચનો કે ચીનાઇ માટીનો પ્યાલો ગોઠવી, ઉપર દવા ભરેલો ઘડો પ્યાલામાં છિદ્ર આવે તેમ ગોઠવી, માટી એ ઘડાની આસપાસ પૂરવી, ઘડો આખો અંદર બુરાઇ જવો જોઇએ, પણ પેટથી ઉપરનો ભાગ ખુલ્લો રહે તેમ કરવું. ત્યારબાદ ફરતાં અડાયાં છાણાં ગોઠવી સળગાવવાથી ઘડાની અંદરની દવાનો ચુવો નીચે મૂકેલા પ્યાલામાં પડશે. ઠંડું થયા પછી ધીમેથી ઘડો તથા ચુવો ભરેલો પ્યાલો કાઢી લેવો.

એ ચુવાને લોઢાની કડાઇમાં નાંખી, ધીમા તાપે ગરમ શીરા જેવો ઘટ્ટ બનાવી, નીચે ઉતારી લેવાથી ગાંગડા બંધાઇ જશે. તેને ખાંડી બાટલીમાં ભરવું. આ વસ્તુને મુંબઇ કહે છે.

લોકોમાં માન્યતા છે કે મુંબઇ માણસના લોહીમાંથી બનાવવામાં આવે છે, પરંતુ તે વાત ખોટી છે. ખરી રીતે મુંબઇની બનાવટ ઉપર આપી તે પ્રમાણે છે.

તેનો ગુણ

આમવાતના દરદીને એક તોલો એરંડાના મૂળ તથા ૦ા તોલો સુંઠ સાથે છુંદી તેના ઉકાળા સાથે પ્રથમ આ મુંબઇ બે રતી ખીમાં

ચટાડી તેના પર ઉકાળો પાવો. દિવસમાં બે વખત દવા આપવી. ગળ્યા તથા ચીકટા પદાર્થો બંધ કરવાથી ઘણું સારું કામ કરે છે. આમ વાતના સોજા ઉપર દશ તોલા તલના તેલમાં એક તોલો મુંબઇ નાંખી જરા ગરમ કરી ધીમા હાથે ચોળવું અને તેની ઉપર એરંડાનાં પાતરાં ગરમ કરી બાંધવાથી સોજો નાબુદ થઇ, દુઃખાવો, વેદના, તણખા બંધ થાય છે. ઉપરાંત છાપરા ઉપરથી કે ઉંચા મકાન ઉપરથી પડી જવાના કારણે ટાઢો માર થયો હોય, દુઃખાવો રહેતો હોય કે લોહી મરી ગયું હોય તેને પણ ઉપર બતાવેલા ક્રમથી આ મુંબઇ આપવાથી અને ચોળવાથી ઘણું ઉમદા કામ કરે છે. તેમજ અન્ય વાતવ્યાધિઓમાં જેમાં પિત્ત ઓછું કોપ્યું હોય, પણ કફ અને વાતપ્રકૃતિ હોય, તેઓને માટે ઇંજેકશન જેવું તાત્કાલિક કામ કરે છે.

ઉપાય નં. ૨: તપન પર્પટી

બોલામા ટોપી કાઢેલાં શેર ૧, ગુગળ શેર ૦॥, શુદ્ધ ઝેરકોચલાં શેર ૦॥, (ઝેરકોચલાં શુદ્ધ કરવાની ક્રિયા બતાવી ગયા છીએ.)

ત્રણે વસ્તુને ખાંડી તેનો લોચો બનાવી, ઉપરની રીતથી ઘડામાં ભરી ચુવો કાઢવો અને તેને ગરમ કરી કઠણ થયે પાઉડર બનાવવો. પ્રમાણ ૧ થી ૩ રતી ઘી સાથે ચાટવા આપવો, જેથી આમવાત, કેડનો વા, પગનું કળતર, અશક્તિ વગેરેમાં ઘણું ઉમદા કામ કરે છે. વળી આ દવામાં અમે ત્રણ તોલામાં એક તોલો ચંદ્રોદય નાંખી આદુ અને પાનના રસમાં એકેક દિવસ ઘુંટીને મગના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી રાખીએ છીએ અને એ ગોળી આપવાથી શક્તિ આવે છે, ભૂખ લાગે છે, ખોરાક પચે છે, દસ્ત આવે છે, લોહી શરીરમાં ફરવા લાગે છે, ચહેરો લાલ બનાવી, પ્રમાદ, આળસને નાબુદ કરી આપી, આશ્ચર્યકારક નવીન શક્તિ બક્ષે છે.

ઉપાય નં. ૩ : ખંડસુંઠી પાક

સુંઠ તેા. ૩૨, ઘી તેા. ૮૦, દૂધ તેા. ૧૨૮, સાકર તેા. ૨૦૦, પ્રથમ સુંઠને ખાંડી, ઘીમાં દૂધનેા માવેા કાઢવેા. સાકરની ચાસણી કરી તેમાં મરી, પીંપર, તજ, તમાલપત્ર, એલચી, દરેક ચાર ચાર તેાલા તથા ઉપરની સુંઠ અને માવેા મેળવી પાક બનાવવેા.

સવારે તેાલા પાંચ પાંચ ખાવેા. રાત્રે એક તેાલેા ગૌમૂત્રમાં ચેાકખેા ગુગળ પાવલીભાર એાગાળી પીવેા. રાત્રે સુતી વખતે ગરમ પાણી સાથે હરડેનું ચુર્ણ તેા. ૦। થી અરધેા લેવું. આ પ્રમાણે ત્રણ મહિના ક્રમ ચાલુ રાખવાથી આમવાતના દરદીએા સારા થયા છે.

ઉપાય નં. ૪ : સેાજા માટેની ગેાળી

હીમેજ શેર ૧, આંબળાં શેર ૦॥, સુરેાખાર શેર ૦।, મેારથુથુ નવટાંક. પ્રથમ મેારથુથુ સિવાયની વસ્તુ બારીક ખાંડવી. ત્યારબાદ એ વસ્તુ પલળી રહે તેટલા પાણીમાં મેારથુથુ એાગાળી, દરેક ચીજ મેળવી પિંડેા વાળી એક રાત વાસી રહેવા દેવેા. બીજા દિવસે ખરલમાં ખૂબ વાટી તેની મેાટા બેાર જેવડી સેાગઠીએા બનાવવી. આમવાતથી સુજેલા સાંધા ઉપર એને પાણીમાં ઘસી એાગાળી ચેાપડવાથી સેાજા ઉતરે છે. ઉપરાંત ઝેરી જાનવરના ડંખ ઉપરના સેાજા ઉપર ચેાપડવાથી સેાજેા ઉતરે છે. શરીરમાં રસ ભરાવાથી આવેલા સેાજા ઉતરે છે. કાનપાક થવાને લીધે કાનના મૂળ ઉપર આવેલા સેાજા ઉપર પણ ચેાપડી શકાય છે. આંખ દુ:ખવા આવી હેાય અને તેને કારણે આંખ ઉપર સેાજેા આવી ગયેા હેાય તેા પેાપચાના ઉપરના ભાગમાં ચેાપડી શકાય છે. એટલે સેાજેા ઉતારનાર આ અદ્દભુત સેાગઠી અત્યંત ઉપયેાગી છે.

છેવટે વાતરેાગમાં આગળ કહેવાઇ ગયું છે તેમ દેાષ અને ધાતુએાનેા આશ્રય કરી વાયુ જુદા જુદા ગુણધર્મ પ્રમાણે સ્વરૂપ દેખાડે

છે. પરંતુ મૂળ વાયુને કોપવાનું કારણ અજીર્ણ છે. જો માણસને પચે તેવું અને પચે તેટલું ખાતાં આવડે તો કોઈ દિવસ અજીર્ણ થતું નથી. પરંતુ જીભના લોલુપી જીવોથી નિગ્રહ કરી શકાતો નહિં હોવાથી અજીર્ણ થાય છે, અને તેમાંથી વાયુ કોપ પામી વિવિધ જાતોના રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. તેના ઉપર વાતરોગમાં બતાવેલા અનુભવી ઉપાય કામ કરી બતાવી રોગમુક્તિ આપે છે. પરંતુ કામથી, ક્રોધથી, ભયથી, શોકથી, વાયુ બગડીને વિક્રિયા પામી શરીરમાં અચિંત્ય જાતનાં અચિંત્ય લક્ષણવાળા વ્યાધિ ઉત્પન્ન કરે છે તેનો ઉપાય થવો મુશ્કેલ છે. તેની દવા તો સંયમ પાળી, મનને શાંત કરી, દિલને પ્રભુમય બનાવવું એ એક જ છે.

卐

પ્રકરણ ૫૪મું
ઉપસંહાર

સો કોસની પગરસ્તાની મુસાફરી કરવા નીકળેલો પ્રવાસી રસ્તાના વિકટ માર્ગો કાપતો, પોતાની પાસે રહેલ નિર્વાહનાં સાધનોની જાળવણી કરતો, રસ્તામાં આવતાં જાળાં–ઝાંખરાં દૂર કરતો, સત્ય રસ્તાને ન ચૂકાય, ધારેલા માર્ગે જવાય, લક્ષ્યબિંદુને ન ભૂલાય, એની સંભાળ રાખી જ્યારે નિયત સ્થળે પહોંચે છે ત્યારે તેના આત્માને, મનને અને શરીરને જે એક પ્રકારનો અનિર્વચનીય આનંદ થાય છે તેવો વિશુદ્ધ અને સ્વર્ગીય આનંદ આજે 'રખે વહેમાતા'નો નમ્ર લેખક અનુભવી રહ્યો છે.

મહિનાઓ પહેલાં 'રખે વહેમાતા'ની શરૂઆત કોઈ ઇશ્વરી સંકેતથી કોઈ આત્માના ઉંડા અવાજે શરૂ કરી. એને માટે ન હતી કોઈ પૂર્વતૈયારી, ન હતું લખાઈ તૈયાર રાખેલું મેટર, ન હતું સૂચન,

હતી માત્ર અંતઃકરણમાં ધગશ. ઉછાળા મારતી ઉર્મી, મધ્યમ વર્ગ–આમવર્ગ–દવાના નામે, ડોઝના નામે, દર્દને નામે, પોતાની સાચી કમાઇ–મહેનત મજૂરી કરી, લોહીના બુંદ–પસીનાના ટીપે પેદા કરેલા પૈસા વૈદ્ય ડોકટરોના એક ટંકમાં–એક રોજમાં, આખા દિવસના પરિશ્રમનો પૈસો–રોજી અને મજૂરી આપી દઇ, સ્વાસ્થ્ય મેળવવા, નિરોગી થવા જે વલખાં મારી રહેલો તેને સત્યના પંથે વાળવાની મહદ્ ઇચ્છા. અલ્પ વ્યાધિને મોટું રૂપ આપનાર અને પીંછાને કાગડો બનાવનાર આજના પોતાને મહાન માનતા ચિકિત્સકોની વાગ્જાળમાં અજાણ્યો, દિશાભૂલ્યો દરદી, એટલે કે જેને કાંઇ રોગનું સ્વરૂપ જાણવાની દરકાર નથી, જેણે દરકાર કરી પણ નથી તે સપડાય; ચિકિત્સક તેને મોટી મોટી વાતો બતાવી વહેમાવે અને એ બિચારો મહા મહેનતે મળેલું માનવશરીર સાચવી રાખવા, નિરોગી રહેવા, સાચી કમાઇ ખરચવા તૈયાર થાય અને શરીરે તથા પૈસે નિચોવાઇ જાય–તેનું સંરક્ષણ કરી, ભારતનું આયુઃસંરક્ષણનું જ્ઞાન જેમાં સભરભર્યું છે એવા આયુર્વેદશાસ્ત્રમાંથી જીવનમાં પચાવેલું જ્ઞાન ખૂલ્લા દિલે મેં આપ્યું છે.

વૈદકના વિષય ઉપર સમર્થ વૈદ્ય વિદ્વાનો તરફથી આજે ગુજરાતી ભાષામાં અનેક ગ્રંથો લખાય છે અને બહાર પડે છે. ખરેખર તેઓ વૈદકીય સાહિત્યમાં અપૂર્વ સેવા અને ઉમેરો કરી રહ્યા છે. પરંતુ એક વાત મને ઘણા વખતથી ખુંચ્યા કરતી હતી કે વૈદક વિષય ઉપર પ્રગટ થતું સાહિત્ય ભલે શાસ્ત્રીય દૃષ્ટિથી લખાતું હોય, તલસ્પર્શી વિચારો પ્રેરતું હોય, ગહન વિચારો રજૂ કરતું હોય, પણ એવું સાહિત્ય મધ્યમ વર્ગને માટે નિરૂપયોગી નીવડયું છે. તેમાં કાંઇ લેખકોની અણઆવડત નથી. પણ એ લેખકો વિદ્વાન હોય છે અને તેઓ વિદ્વાન રહીને જ ચર્ચા કરે છે. એટલે એમના વિષયો પણ એટલા ગહરા તથા ભારે થઇ પડે છે કે ખાસ અભ્યાસી અને તે તે વિષયના જાણકાર સિવાય સાધારણ જનસમાજ તેને કદાચ સમજી

શકતો નથી, અને એ જ કારણે તેમાં રસ લેતો નથી, જ્યારે આ લેખમાળા મેં 'બહુરૂપી'માં શરૂ કરી ત્યારે મારી નજર સામે એક એવો વિશાળ સમાજ ઉપસ્થિત હતો કે જેમનું જ્ઞાન અમુક સીમાની અંદર પર્યાપ્ત હોય, જેઓ વ્યવહારિક થોડું અક્ષરજ્ઞાન, થોડો અભ્યાસ પ્રાપ્ત કરી, ધંધા–નોકરી કે ઉદરનિર્વાહમાં પડયા હોય. શરીર નીરોગી રાખવું, રોગી થાય તો નીરોગી બનાવવું અને તે પણ પોતે પોતાની મેળે જ ઉપાયો–ઉપચારો કરી, નીરોગી બનવા પ્રયત્ન કરે તેવી જાતનું જ્ઞાન જો તેમને આપવામાં આવે તો હજારો નહિ, લાખ્ખો, કરોડો મનુષ્યો એથી રાહત મેળવી શકે. ચરક, સુશ્રુત, જેવા મહાન ગ્રંથોમાંહેની વિદ્યા સૂત્ર રૂપે પડી છે. તેનો પદ્ધતિસર અભ્યાસ કરવામાં ન આવે તો એ સૂત્રરૂપમાં રહેલી વિદ્યા સમજાઈ શકે તેવી નથી. તેનો જેમણે પદ્ધતિસર અભ્યાસ કર્યો છે, તેમને પણ તે પુરતો થયો નથી; અથવા જેઓએ એ વિદ્યાને હળવી બનાવવા પ્રયત્ન કર્યો છે તેમના પ્રયત્નો પણ કેટલીક વાર ગુંચવાડાવાળા થઈ પડયા છે. અને તે કદાચ ઉપયોગી થયા હોય તો, વૈદ્ય વિદ્યાર્થીઓ કે આયુર્વેદના અભ્યાસીઓને જ, સાધારણ જનસમાજને નહિ.

અત્યારના વેગવાન પ્રવૃત્તિના જમાનામાં કોઈ પણ ધંધાદારી મનુષ્ય ગહન વૈદકનો વિષય સમજવા માટે ક્યાંય નવરો જોવામાં આવતો નથી. અને કદાચ કોઈ ચંચુપાત કરવા જાય તો સામો કોળીયો એટલો જોરદાર–ભારે હોય છે કે તે તેની ચાંચમાં સમાતો નથી. એટલે તેનો સ્વાદ કે મીઠાશ આવતાં પહેલાં એ તેને છોડી દે છે અથવા કોળીયો છુટી જાય છે. આ બધી સ્થિતિનો વિચાર કરી 'રખે વહેમાતા' લેખમાળામાં વૈદકનો વિષય હોવા છતાં તેને એટલો હળવો પચે એવો બનાવ્યો છે કે સાધારણમાં સાધારણ જ્ઞાનવાન મનુષ્ય પણ તે હજમ કરી શકે. છતાં તેમાં વિષયની શાસ્ત્રીયતા કે સિદ્ધાંતને જરાપણ બાધ આવે કિંવા વિમુખ થવાય તેમ થવા પામ્યું નથી. હા, એટલું મારે જરૂર કબૂલ કરવું ઘટે કે કેટલાક વિષયોમાં વિષયાંતર જેવું કરીને દૃષ્ટાંતો, દલીલો અને સત્ય દાખલા ટાંકવા પડયા છે, કે

જેથી આગળ ભરાવેલા મિષ્ટાનના કોળીયા ઉપર સુસ્વાદુ બનાવનાર શાક જેમ બને. એથી વિદ્વાન લેખકો, સાહિત્યમાર્તંડોને કદાચ એ મારો અક્ષમ્ય અપરાધ લાગશે, પરંતુ એ અપરાધ મેં જાણી જોઇને કર્યો છે, કારણ કે આગળ હું જણાવી ગયો છું તેમ મારી નજર સામે તો મેં થોડું જાણનાર મધ્યમ વર્ગને જ રાખ્યો છે.

બાકી વિદ્વાનો અને કુશાગ્ર બુદ્ધિમાનો માટે તો અનંત ગ્રંથો ભર્યા છે. તેઓ ઇચ્છા મુજબ એ વિદ્યાવારિધિમાંથી પાન કરી શકે છે અને પચાવી પણ શકે છે. મારે તો મારા ગરીબ હિંદના કામદારો, મજદુરો, વ્યાપારી ભાઇઓ અને શારીરિક, વૈદક બાબતમાં જેનું જ્ઞાન નહિ જેવું જ છે તેમની સેવા કરવાની છે. આ લેખમાળામાંથી થોડુંક પણ જો તે જીવનમાં ઉતારી શકશે તો તે આખા દેશ કે પ્રાંતને કદાચ ઉપયોગી નહિ નીવડે તો પણ પોતાના જીવન કે પોતાના કુટુંબ પુરતો ઉપયોગી તો જરૂર થશે જ.

બીજી એક બાજુનો સૂર એમ પણ સંભળાય છે કે દરેક માણસ કદાચ વૈદકનું જ્ઞાન મેળવે અથવા સમજતો થાય તો તેથી શું તેને ચિકિત્સક પાસે નહિ જવું પડે ? હું માનું છું કે જરૂર જવું પડશે. પરંતુ અત્યારે જે નજીવાં કારણોસર પેટમાં દુઃખવા આવે ત્યારે ઘરમાં અજમો અને સંચળ હોવા છતાં છ આના ફેંકી ડાકટરને ત્યાંથી ડોઝ ભરી લાવે, કિંવા એક નજીવા કારણથી થયેલા રોગને માટે ચિકિત્સક પાસે જતાં અળસીયાને ભયંકર નાગ સમજી લે, એ બિલકુલ વાજબી નથી. જેમ દરેક મનુષ્યને સમાજીક, રાજદ્વારી કે ધાર્મિક બાબતમાં જાણવાનો, સમજવાનો કે સંપાદન કરવાનો સરખો અધિકાર છે, એટલો જ બલકે તેથી પણ અધિક શરીરની સુખકારી, રોગમુક્તિ મેળવવા માટે અધિકાર યાને ફરજ છે. અને હું તો માનું છું કે જો દરેક મનુષ્ય પોતાની જાતનો વૈદ્ય બને તો આજે દુનિયામાં રોગ અને ડાકટરો જરૂર વધતા—ફેલાતા અટકે અને એથી ખોટી રીતે વેડફાતી એવા ગરીબ વર્ગની લક્ષ્મી પણ બચે.

આ બધી મારી માન્યતાઓ મારા હૃદયને હચમચાવી રહી હતી તેને બહોળા સમુદાયમાં મૂકવાની ઘણા વખતથી ઉત્કટ ઇચ્છા હતી. તેમાં 'બહુરૂપી' જેવા બહોળો પ્રચાર ધરાવતા સામાયિકમાં મારા વિચારોને સ્થાન મળ્યું અને મેં તેને લંબાવ્યું. અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે મૂર્ત સ્વરૂપે આ માટે કાંઇ પણ મારી પાસે લખાઇને તૈયાર નહોતું, તેમજ મારા વિચારો, મારો અનુભવ અને સત્ય ઘટનાઓ જાહેર પ્રજાને કેટલાં રૂચીકર થશે એ પણ મારે જોવાનું હતું, એટલે દર અઠવાડિયે લખાણ લખાતું ગયું અને પ્રગટ થતું ગયું. જેમ જેમ લેખાંકો 'બહુરૂપી'માં પ્રગટ થતા ગયા તેમ તેમ વાચકોનું લક્ષ એ લેખો તરફ દોરાતું ગયું, અને એવા લેખો 'બહુરૂપી'માં ચાલૂ રાખવા માટે પણ અભિપ્રાયો આવતા ગયા. એથી મારો પ્રયાસ કંઇક સફળ થતો જણાયો. મારી સંસ્થાની અને મારા વૈદક ધંધાની અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓમાં દરેક અઠવાડિયે આવો એક લેખ મારે તૈયાર કરવો જ પડે, એ એક જવાબદારી મારા શિર ઉપર શરૂ થવા છતાં મને વાચકો તથા તંત્રીજી તરફથી પ્રોત્સાહન રૂપી એવું અમીસિંચન થતું રહ્યું કે રાત્રિને દિવસ સમજીને પણ મારો લેખાંક પૂરો કરી હું નિયમિત મોકલતો રહ્યો. ઉતાવળે લખાયેલા લેખોને વ્યવસ્થિત કરવામાં તંત્રીજી પોતાનો અમૂલ્ય સમય આપી, મને હિંમત આપતા ગયા. તેને પરિણામે આજે જનસમાજમાં ખાસ ગૂઢ થઇ પડેલા વ્યાધિઓ માટે દિશાસૂચન જેવું સાહિત્ય રજૂ કરવાને હું શક્તિમાન થઇ શકયો છું. આ લેખમાળા આજે પૂરી થાય છે.

અત્યારે અહીં તેને પૂર્ણ કરવામાં આવે છે, જો કે તેમાં આપેલ છે તે ઉપરાંત પણ ઘણા વ્યાધિઓ માટે લખવાનું બાકી રહી જાય છે. તેમજ ખાસ કરીને સ્ત્રીઓ અને બાળકોને થતા રોગો ઉપર ચર્ચા કરવાની, એવા વ્યાધિઓ માટે સરલ માર્ગ બતાવવાની જરૂર છે. લગભગ આ આખાય ગ્રંથમાં સ્ત્રીઓના વ્યાધિ અને બાળકોના

વ્યાધિ માટે ખાસ કાંઇ પણ નથી લખાયું એમ કહીએ તો ચાલે. આ બાબત તરફ વાચકબંધુઓ તરફથી મારૂં ધ્યાન ખેંચવામાં આવ્યું છે, અને હજી પણ 'રખે વહેમાતા'ના વિષયને આગળ લંબાવી આ વિષયોને ચર્ચવાની ભલામણ થઇ છે. છતાં હવે 'રખે વહેમાતા' લગભગ તેર–ચૌદ મહિનાથી તૈયાર થાય છે. તે મથાળા નીચે ઘણા વિષયો લખાઇ ગયા હોવાથી તેમ જ સ્વતંત્ર પુસ્તક રૂપે આખી લેખમાળા પ્રગટ થઇ જવાની હોવાથી બાકી રહેલા સ્ત્રીઓ અને બાળકોના રોગ માટે બીજી સ્વતંત્ર લેખમાળા '**પુત્રદા અને પારણું**'ના નામથી શરૂ કરવા અને તે પણ 'બહુરૂપી'માં જ શરૂ કરવાનો મારો વિચાર છે. સ્ત્રીઓને આજે થતા શારીરિક ગુપ્ત વ્યાધિઓએ સમાજમાં ભારે પગપેસારો કર્યો છે. સ્ત્રીઓ બનતાં સુધી પોતાના વ્યાધિઓ બાબત ચિકિત્સકો પાસે ઘણી ઓછી જાય છે. એટલે એમના વ્યાધિઓ માટે ઘરગથ્થુ ઉપચારો અને સાચો રાહ બતાવવામાં આવે તો જરૂર ઉપયોગી થઇ પડે. તેની સાથે બાળઉછેરમાં કેટલીક બાબતો માર્ગદર્શન માગે છે. એટલે 'રખે વહેમાતા' જેટલી જ એ લેખમાળા લંબાવા સંભવ છે. બીજી તરફ આયુષ્યપ્રમાણ પ્રતિદિન ઘટતું જાય છે, અકાળે વૃદ્ધાવસ્થા આવે છે, ચાલીશ પીસ્તાલીશ વર્ષના મનુષ્યો સ્વર્ગ પ્રત્યે પ્રયાણ કરે છે. સર્વ પ્રાણીઓમાં મનુષ્યશરીર એ એક અલૌકિક વસ્તુ છે. શું એવા શરીરનું આયુષ્ય લંબાવી ન શકાય? અકાળે આવેલું વૃદ્ધત્વ નાબૂદ કરી ફરી નવયુવાની ન મેળવી શકાય? શરીરનો કાયાપલટો ન થાય? આ બાબત ઉપર જનતામાં છેલ્લા એકાદ બે વર્ષથી ચર્ચા ઉપસ્થિત થઇ છે, અને જ્યારથી માન્યવર પંડિતજી શ્રી મદનમોહન માલવીયાજી ઉપર કાયાપલટ માટે કુટીપ્રવેશનો પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો ત્યારથી સમાજનું ધ્યાન આ બાબત ઉપર વધુ ખેંચાયું છે, અને એ માટે અખબારોમાં ટુંકા ટુંકા લેખો પણ લખાયા છે. છતાં એ માટે સંપૂર્ણ તલસ્પર્શી વિચારો રજૂ કરી, આવા પ્રયોગો કરાવી શકાય, તેનો અનુભવસિદ્ધ સાદ્યંત

માર્ગ દર્શાવનાર લેખમાળા ક્યાંય જોવામાં આવી નથી. એથી મારી ઇચ્છા 'કાયાકલ્પ દ્રુમ'ના નામથી સ્વતંત્ર લેખમાળા શરૂ કરવાની છે. એટલે ઉપર જણાવેલી બન્ને લેખમાળાઓમાંથી કયી લેખમાળા મારે શરૂ કરવી એ વિષેનો અભિપ્રાય 'બહુરૂપી'ના કદરદાન વાચકો તરફથી મળ્યા પછી આ સેવક તે તરફ પ્રયાણ શરૂ કરશે.

માત્ર હવે તો લાંબા સહવાસ પછી વાચકોથી થોડા સમય માટે છુટો થાઉં છું. મારી અલ્પમતિથી જે વિચારો 'બહુરૂપી' દ્વારા રજૂ કર્યા છે અને એ વિચારો વધાવી લઇને મારા આત્માને જે પ્રોત્સાહન આપ્યું છે તે માટે અંતઃકરણપૂર્વક હું દરેક વાચક બિરાદરનો ઋણી છું. આ લેખમાળાને કારણે સેંકડો નહિ, હજારો કુટુંબો સાથે મારે મીઠી મિત્રતા બંધાઇ છે. તે માટે ખરેખર 'બહુરૂપી' અને તેના તંત્રી શ્રી. ચંદુલાલ જેઠાલાલ વ્યાસનો હું ઋણી છું. તેની સાથે મારા સ્થાનને હું સાચવી રાખું તે માટે વારંવાર ઉપયોગી, લાગણીભરી અને વ્યવહારૂ સૂચનાઓ આપનાર તંત્રીશ્રીના જ્યેષ્ટ પુત્ર સ્વર્ગસ્થ ભાઇ રસિકકુમાર સી. વ્યાસ, તેમજ ભાઇ શ્રી. અંબાલાલ ડી. શુકલ, ભાઇ શ્રી મનહરલાલ સી. વ્યાસ, ભાઇ શ્રી. જ્યોતિપ્રસાદ સી. વ્યાસ, અને 'બહુરૂપી'ના અન્ય તંત્રીમંડળે મને ભારે મદદ કરી છે. તેમજ આવી ઉપયોગી લેખમાળા સ્વતંત્ર પુસ્તકરૂપે પ્રગટે તથા બહોળો પ્રચાર પામે તે માટે પાલણપુરનિવાસી શ્રીમાન શેઠજી શ્રી. અકબરઅલી જીવાજીભાઇ. મુંબઇનિવાસી શ્રીમાન જગજીવનદાસ એસ. અજમેરા, શ્રીમાન શેઠ શ્રી રામજીભાઇ અંદરજી, શ્રીમાન શેઠ શ્રી હરીદાસ મીઠારામ, વાંકાનેર વૈદક ધર્મપ્રચારક મંડળ, નડિયાદ આયુર્વેદ વિદ્યાલયના સંચાલક શ્રીમાન સુંદરલાલ નાથાલાલ જોશી, વગેર ગૃહસ્થોએ પુસ્તક પ્રકાશન માટે પ્રોત્સાહન અને સક્રિય ફાળો યાને મદદ આપી છે. સામાન્ય રીતે બે રૂપિયાની કીંમતનું આવું દળદાર પુસ્તક પ્રથમાવૃત્તિના અગાઉથી થનાર ગ્રાહકોને માત્ર આઠ આનામાં આપવા હું જે ભાગ્યશાળી થઇ શકું છું તે પણ એ ભાઇઓના પ્રતાપે છે. તેવી જ

રીતે અગાઉથી ગ્રાહકો બની પોતાને એક જ નકલ જોઇતી હોય છતાં પ્રચાર માટે આયુર્વેદનો ઉત્કર્ષ થાય એવી દૃષ્ટિથી વધારે નકલો ખરીદી સેંકડો ભાઇઓએ મને સરસ સાથ આપ્યો છે, તેમજ સમય સમય પર અભિનંદનો આપી, મારૂં લક્ષ દોરી, લેખમાળાને વધાવી લેનાર ભાઇઓના આવેલા અભિપ્રાયોની માત્ર જો નામાવલિ હું પ્રગટ કરૂં તો પુસ્તક જેટલા જ કદનું બીજું પુસ્તક થાય. એટલે તેવા સહુ ભાઇઓનું અંતઃકરણપૂર્વક બહુમાનપુરઃસર હું ઋણ સ્વીકાર કરૂં છું.

છેવટે આ પુસ્તકના વાચકને એક વિનંતિ કરૂં છું કે જે ભાઇ આ પુસ્તક વાંચે તે પોતાના મિત્રને જરૂર બતાવે–વંચાવે. અને એકાદ પ્રત ખરીદવા આગ્રહ કરે કે જેથી 'રખે વહેમાતા' દેશવ્યાપી થાય, તેનો લાભ જનસમાજ ઉઠાવે, સ્વાવલંબી બને, જરીક વ્યાધિ થતાં દોડાદોડી ન કરે અને ઘરગથ્થુ ઉપાયોથી સ્વાતંત્ર્ય મેળવે. આટલું બને તો વેડફાતી દવા પાછળ ખરચાતી લક્ષ્મી બચે. એટલું યે જો આપણે કરી શકીએ તો પણ આપણે કાંઇક પરોપકાર કર્યો છે એમ માની શકાય.

ॐ सहना भवतु, सहनौ भुनक्तु, सहवीर्य्यं करवा वहै, तेजस्विना वधितमस्तुम् विद्विषामहै ॥ ॐ शांतिः शांतिः शांति :

સંપૂર્ણ

પરિશિષ્ટ

'રખેવહેમાતા'ની અંદરના વિષયોમાં કેટલીક દવાઓનાં નામ લખવામાં આવેલાં છે, પરંતુ તેની બનાવટ લખાઇ નથી અને એ બનાવટ અહીં પરિશિષ્ટમાં આપવાનો નિર્દેશ કર્યો છે, તદનુસાર જો એટલી જ બનાવટો આપીએ તો થોડાં પાનાં સિવાય વધારે જગ્યા પરિશિષ્ટમાં રોકાય તેમ નથી. છતાં આ પુસ્તક વધારે ઉપયોગી બને તથા 'રખે વહેમાતા'ના વાચકને કોઇ પણ બનાવટ માટે પૂછવા કે જોવા જવું ન પડે, એટલા માટે આયુર્વેદની કેટલીક કીંમતી અને પ્રચલિત બનાવટો અહીં આપીએ છીએ. પ્રયોગોમાં બતાવેલાં ઔષધો પૈકી કેટલીક જગ્યાએ ભસ્મો પણ આવે છે. વૈદક ગ્રંથોમાં ભસ્મો બનાવવાની રીતો મળી આવે છે. પણ સરલ, અનુભવી અને ગુરૂગમ વગરની સ્પષ્ટ ક્રિયા ક્યાંય પણ જોવામાં આવતી નથી; જેથી વૈદ્ય સિવાય સાધારણ માણસ ભસ્મો બનાવવવાના પ્રયત્નમાં ઉતરતા નથી; તેમ જ ક્રિયાથી બિનઅનુભવી વૈદ્ય હોય તો પણ તેને શરૂઆતમાં ભસ્મોની બનાવટમાં મુંઝવણ પડે છે. એટલે આ નીચે ખાસ પ્રચલિત ભસ્મોની અનુભવી બનાવટ આપવામાં આવે છે. જે રીતે અમારી રસશાળામાં ભસ્મો બને છે અને જે રીત અમારા હાથથી પૂર્ણ પરિપકવ થયેલી છે એ જ રીત પ્રમાણે ભેદભાવ રાખ્યા સિવાય અહીં બતાવીએ છીએ. કોઇ પણ વાચક ભલે તે વૈદ્ય ન હોય છતાં બતાવેલી ક્રિયાથી ખુશીથી ભસ્મો બનાવીને ઉપયોગ કરી શકે છે.

પારિભાષિક શબ્દો અને તેના અર્થ

સરાવ–માટીનાં રામપાત્ર, અથવા જેને સરાવલાં પણ કહેવામાં આવે છે. તે કુંભાર લોકોને ત્યાં તૈયાર પણ મળે છે અથવા તેને તૈયાર બનાવરાવવામાં આવે છે. તેનો ઘાટ તળીએ ગોળાકાર લેતો

ઉભા કાંઠાના વાડકા જેવો કરાવવાથી ભઠ્ઠીમાં મૂકવાથી ઉપયોગી થાય છે. ભસ્મો બનાવવાની વખતે બન્ને સરાવને સંપૂટ રૂપે જોડી વચમાં ભસ્મ માટે મૂકવાની દવા રહે છે.

સરાવ સંપૂટ—સરાવની અંદર ભસ્મ કરવાની દવા ભરી ઉપર બીજું સરાવ ઉંધું ઢાંકી તૈયાર કરવામાં આવે છે તેને સરાવસંપૂટ કહેવામાં આવે છે.

પુટ—અગ્નિની અંદર એક આંચ આપવી તેનું નામ પુટ કહેવાય છે.

પટ—જે વનસ્પતિની અંદર ઘુંટવાનું લખ્યું હોય, તેનો રસ અથવા રસ ન મળે તો ઉકાળો નાંખવો અને શીરા જેવું બનાવી, તે સુકાઇ જાય ત્યાં સુધી ઘુંટવું તેનું નામ પટ કહેવાય છે અને આવા અનેક પટ ભસ્મોને દેવા પડે છે.

કપડમટ્ટી—સરાવ સંપૂટ કર્યા પછી બન્ને સરાવના જ્યાં સાંધા મળતા હોય ત્યાં કપડાને માટીમાં રગદોળી સાંધા ઉપર એ કપડું લગાડી તેની ઉપર માટી લગાડી દેવી. તેને કપડમટ્ટી કહે છે.

ગજપુટ—જમીનની અંદર એક ગજ ઉંડો અને એક ફુટ પહોળો ખાડો ખોદવો અને તેનો આકાર ગોળ કુવા જેવો રાખવો. આનું નામ ગજપુટની ભઠ્ઠી કહેવાય છે. અને ઘણીખરી ભસ્મો આવી જાતના ખાડામાં જ પાકે છે.

તીવ્ર, મધ્યમ અને મંદ અગ્નિ—સખત અગ્નિની આંચને તીવ્ર અગ્નિ કહે છે, મધ્ય અને સાધારણ અગ્નિને મધ્યમ કહે છે અને બીલકુલ થોડા અગ્નિને મંદ અગ્નિ કહે છે.

અભ્રક ભસ્મ

શાસ્ત્રમાં અભ્રક ચાર જાતના વર્ણવ્યા છે, પણ હાલ બજારમાં બે જાતના અભ્રક આવે છે. એક સફેદ અને બીજો કાળો. સફેદ અભ્રક

ભસ્મના કામમાં લેવાતો નથી પણ કાળો અભ્રક જેને વજ્રાભ્રક કહે છે તે ગઠ્ઠા જેવો રંગે કાળો સખત પત્થર જેવો જોઇને લેવો. આ અભ્રક ખાણુમાંથી નિકળે છે એટલે તેની અંદર માટી અને ધૂળ મળેલાં હોવાથી તેને શુદ્ધ કરવાની જરૂર છે.

અભ્રક શુદ્ધિ

અભ્રકને એક કલાડામાં ચૂલા ઉપર મુકી ગરમ કરવો. તીવ્ર અગ્નિ આપવાથી તે લાલચોળ તપે એટલે ખાટી છાશમાં નાંખવો. ફરી તેને તપાવવો અને છાશમાં નાંખવો. એ પ્રમાણે ગાયના મૂત્રમાં ગરમ કરીને છમકાવવાથી અભ્રકનો ભૂકો થઇ જાય છે. છાશ, ગોમૂત્ર, તલનું તેલ અને કળથીનો ઉકાળો એ ચાર વસ્તુમાં અભ્રક સાત સાત વખત ગરમ કરી ઠારવાથી શુદ્ધ થાય છે તેમજ ભૂકા જેવો બને છે. પછી તેને ગરમ પાણીથી ધોઇ ઉપરથી પાણી કાઢી નાંખવું તેમજ નીચે રેતીનો કે માટીનો ભાગ બેસે તેને દૂર કરી ચોખ્ખો અભ્રક લઇ લેવો.

અભ્રક ભસ્મ

પાકા પત્થરની કે લોઢાની ખરલમાં અભ્રકને નાંખી આકડાનાં પાનનો રસ નાંખી ઘુંટવું. બીજે દિવસે તેની નાની નાની થેપલીઓ વાળીને તાપમાં સુકવવી અને સુકાયા બાદ સરાવસંપૂટમાં ભરી ગજપુટનો અગ્નિ ફરતાં અડાયાં અથવા થાપેલાં છાણાં ગોઠવી આપવો. ભઠ્ઠી ઠંડી થઇ જાય એટલે સંપુટ કાઢી લઇ ફરી ખરલમાં નાંખી, આકડાનો રસ નાંખી ઘુંટવું. આ પ્રમાણે પુટ અને પટ આપતા જવા. એક દિવસ ઘુંટવામાં, બીજે દિવસ ટીકડી સુકાવામાં, ત્રીજે દિવસ ભઠ્ઠી આપવામાં એમ ત્રણ દિવસે એક પુટ થાય છે. એ પ્રમાણે દશ પૂટ આકડાના રસના, બાદ કુંવારનો રસ, ગોમૂત્ર, વડવાઇ, તાંદળજાનો રસ, દારૂહળદરનો રસ, અરડુશીનો રસ, આગથીયો, મજીઠ અને શતાવરી, એટલી વનસ્પતિઓના રસની અને

જેનો રસ ન મળે તેના ઉકાળાની ભાવના (પટ) આપીને તેને ભઠ્ઠી આપવાથી ઉત્તમ અભ્રક ભસ્મ બને છે અને તેના પુટ પૂરા થાય છે. આવી રીતે સો પુટ આપેલી ભસ્મને શતપુટી અભ્રક ભસ્મ કહે છે. અભ્રકને જેમ જેમ વિશેષ પુટ અપાતા જાય છે તેમ તેમ તેનામાં શક્તિ અને ગુણનો વધારો થાય છે. કારણ કે અભ્રકનાં રજકણો બારીક બનતાં જાય છે એટલે એ લોહીમાં જલદી મળી અને પચી જાય એવાં થાય છે. તેમજ તેની સાથે વનસ્પતિઓના ક્ષાર મળતા જવાથી તેના ગુણમાં વધારો થાય છે. ખાસ જણાવવાનું કે અમારા અનુભવ પ્રમાણે અભ્રકને ઓછામાં ઓછા સો પુટ તો આપવા જ જોઇએ. તે સિવાય અભ્રકની પૂર્ણ રીતે ભસ્મ બનતી નથી, અને અભ્રક જ્યાંસુધી શુદ્ધ ભસ્મ રૂપે તૈયાર થતો નથી ત્યાંસુધી તે લાભને બદલે નુકસાન કરે છે. કારણ કે અભ્રકમાં ચળકાટ રહેલો છે અને એ ચળકાટ અથવા ચમક ભઠ્ઠીઓ આપતાં આપતાં દૂર ન થાય અર્થાત્ અભ્રક નિશ્ચંદ્ર ન બને ત્યાંસુધી તે ખાવા લાયક બનતો નથી. ઉપર બતાવેલી વનસ્પતિઓ સિવાય સહસ્રપુટી અભ્રક બનાવવી હોય તો વિશેષમાં નીચેની વનસ્પતિઓના રસ અથવા ઉકાળાના પટ આપી ભઠ્ઠીઓ આપી શકાય છે. થુવરનું દૂધ, એરંડાનાં મૂળ, કડુ, ભાંગ, ગોખરૂ, શાલપર્ણી, પૃષ્ણિપર્ણી, અરણી, ચિત્રક, બીલીનાં મૂળ, અરડુસો, હરડે, બહેડાં, આંબળાં, કાળી મુસળી, સફેદ મુસળી, આસંધ, લોદર, દેવદાર, મરી, સુંઠ, કોઠની છાલ, ભારંગી, કેસુડાનાં ફુલ, જટામાંસી, ગરમાળાનો ગોળ, ભોરીંગણી, ઉભી ભોરીંગણી તુલસી, અગથીયો, ભાંગરો, મુળા, ધરો, નાગરવેલ, શંખપુષ્પી, જવાસો, પીલુડી, બ્રાહ્મી, દાડમનાં બીજ, બલા, અતિબલા, મહા બલા, નાગબલા, ઘીલોડી, કાંદા, આકાશવેલ, ઈંદ્રવારૂણી, લસણ, ગળજીભી, ગરણી, જાંબુ, વિદારી કંદ, મજીઠ, ખેર, બાવળ, હળદર.

ઉપરની વનસ્પતિઓના રસ અથવા ક્વાથનો પુટ આપવો. જે વનસ્પતિ ન મળી શકે તેના બદલામાં આકડાનાં પાંદડાંનો રસ

અથવા ગોમૂત્ર કે ગાયનું દૂધ પ્રતિનિધિ તરીકે લેવું. એકેક વનસ્પતિના દશ, પંદર, અથવા વીશ પટ આપવા. એ પ્રમાણે એકંદર હજાર પટ કરવા. એટલે સહસ્રપુટી અભ્રક ભસ્મ બનશે. પચ્ચીસ ત્રીસ પુટ થઇ ગયા પછી અભ્રકની ટીકડીઓને સંપૂટમાં નહિ મૂકતાં છુટ્ટી છાણાંની સાથે મૂકી શકાય છે, છતાં પુટ અને પટમાં લખ્યા સિવાયનો કોઇ બુદ્ધિથી ભેદ ઉત્પન્ન ન કરવો. મશીનોથી દવા બનાવનાર એક દિવસમાં દશ દશ પુટ ગણી કાઢે છે. પરંતુ એથી અભ્રકની તાકાત નાબૂદ થાય છે અને આયુર્વેદની પદ્ધતિનો નાશ થાય છે. ખરી રીતે તો ત્રણ દિવસ સિવાય એક પુટ થઇ શકે નહિ અને દશ વરસ સિવાય સહસ્રપુટી અભ્રક તૈયાર થાય પણ નહિ.

અમૃતિકરણ

અભ્રક ભસ્મ તૈયાર થયા પછી જેટલી અભ્રક હોય તેટલું ગાયનું ઘી નાંખી લોઢાની કડાઇમાં ઘી બળી જતાં સુધી શેકી લેવાથી અભ્રકનો તીવ્રતાવાળો ગુણ ઓછો થઇ સૌમ્યતા આવે છે. અભ્રક ભસ્મને ઉગ્રવીર્ય (ગરમ) અને શીતવીર્ય (ઠંડી) બનાવવી એ એની વનસ્પતિ ઉપર આધાર રાખે છે. ગરમ ઔષધીના વધુ પુટ આપવાથી અભ્રક ઉષ્ણ બને છે, શીતળ વનસ્પતિના પુટ આપવાથી શીતવીર્ય બને છે.

સહેલી અને સસ્તી અભ્રક ભસ્મ

અભ્રકના વજનથી ચોથે ભાગે સુરોખાર અભ્રક ભેગો નાંખી તેની અંદર અરધા ભાગે ગોળ નાંખી ખરલમાં એક દિવસ થોડું પાણી નાંખી ઘુંટવું. બાદ એક હાંડલીમાં ભરી તીવ્ર ભઠ્ઠીઓ આપી અભ્રકને પાણીથી ધોઇ લઇ એક દિવસ કુંવારના રસમાં ઘુંટી ભઠ્ઠી આપવાથી અભ્રકની ભસ્મ બની જાય છે. આ પ્રમાણે એક અઠવાડીઆમાં બનતી અભ્રક ભસ્મ દેખાવમાં કોઇ પણ જાતની ઉંચી અભ્રકથી

ઉતરતી નથી, પણ તે ગુણ બિલકુલ કરતી નથી. માત્ર સાધારણ કફ કે ઉધરસમાં વાપરવામાં વાંધો નથી. આ અભ્રક ક્ષારહત ગણાય છે.

અભ્રક ભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

અભ્રક ભસ્મ :ઉત્તમ યોગવાહી દવા છે. ક્ષય, દમ, ઉધરસ, છાતીની નિર્બળતા, અશક્તિ, કોઇ પણ વ્યાધિ પછીની નબળાઇ, મગજની અશક્તિ, ફેફસાંની નબળાઇ, વગેરેમાં એકલી તથા બીજાં પ્રવાલ, વસંતમાલતી, શીતોપ્લાદિ વગેરે ઔષધો સાથે વાપરી શકાય છે. પ્રમાણ ૨ થી ૪ રતી મધ, પીંપર અથવા માખણ સાથે.

લોહશુદ્ધિ

ખનીજ લોહ અને બજારમાં મળતું લોહ એમ બે પ્રકારે આવે છે. લોઢાની ઘણી જાતો છે પરંતુ ભસ્મમાં અત્યારે બજારમાં ઘોડા છાપની ગજવેલ આવે છે એ ઉત્તમ છે. એ ગજવેલનો પ્રથમ અતરડાથી ભૂકો કરાવી લેવો અને તેની શુદ્ધિ અભ્રકમાં બતાવ્યા પ્રમાણે ગૌમૂત્ર, છાશ, તેલ, કળથીના ઉકાળાથી કરવી.

લોહભસ્મ

પત્થરની પાકી ખરલમાં લોહનું ચૂર્ણ નાંખી તેને કુંવારના રસમાં ઘૂંટી તડકે સુકવી, સરાવ સંપુટમાં ભરી કપડમટ્ટી કરી ગજ-પુટનો અગ્નિ આપવો. દર વખતે ખરલમાં ઘૂંટતી વખતે લોહથી આઠમા ભાગનો હીંગળોક નાંખવો. જાંબુનો રસ, ત્રિફળાનો ઉકાળો, આંબળાંનો રસ, ગૌમૂત્ર, જાંબુના ઝાડની છાલનો ઉકાળો, દાડમનો રસ વગેરેની ભાવના આપી ભઠ્ઠીઓ અપાય છે. ઓછામાં ઓછી વીશ આંચ અને વધારેમાં વધારે ૫૦ ભઠ્ઠી આપવાથી લોહભસ્મ ઉત્તમ પ્રકારની બને છે. પાણીમાં નાંખવાથી લોહ ભસ્મ પાણી ઉપર તરે તો એ પરિપક્વ થયેલી ગણાય છે.

લોહભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

પાંડુ રોગ, પિત્તકમળી, લીવરનાં દરદો, બરોલ, નબળાઇ, લોહીની ઓછપ, તાવ પછીની નબળાઇ, વગેરે દરદોમાં લોહભસ્મ

એકલી મધ-પીંપરના અનુપાન સાથે અપાય છે. જ્યાં લોહી વધારવાની અથવા લોહીના પરમાણું મજબૂત બનાવવાની જરૂર હોય ત્યાં લોહ વાપરવી સારી છે. લોહભસ્મ ચાલતી હોય ત્યારે તે દરદીને રાત્રે ત્રિફળાં અથવા હરડે આપવી. કારણ કે લોહભસ્મ કબજીયાત કરે છે. એટલે કબજીયાત રહેનાર દરદીને લોહ કેટલીક વખત માફક આવતી નથી, જેથી ત્રિફળાં અથવા હરડે આપવાં જરૂરી છે.

બંગ (કલાઇ) શુદ્ધિ

બજારમાં મળતી કલાઇ અશુદ્ધ આવે છે. કારણ કે કેટલાક વેપારીઓ કલાઇ સાથે સીસું-જસત મેળવે છે. પરંતુ ભસ્મ બનાવવા માટે પાટની ચોખ્ખી કલાઇ લેવી. વાસણોને કલાઇ કરવા માટે તૈયાર ઘુંચળાં મળે છે તે કલાઇ વાપરવી નહિ.

કલાઇ ગરમ કરી ઢારવા માટે પ્રથમ સગવડ કરી રાખવી પડે છે. કારણ કે ગરમ કલાઇ પાણીમાં પડવાથી ઉછળે છે. એટલે પ્રથમ માટીનો મજબૂત ઘડો જમીનના ખાડામાં ગોઠવી ઉપર એક પત્થરનું ઘંટીનું પડીયું મૂકી ઘંટીના વચલા ગાળામાં થઇને કલાઇનો રસ રેડવાની ગોઠવણ કરી, એ ઘડામાં અનુક્રમે છાશ, ગોમૂત્ર, કળથીનો કવાથ આગળથી ભરવો, ત્યારબાદ લોઢાની કડાઇમાં કલાઇનો પાટ મૂકી કોલસા ઉપર પીગળાવીને ખાસ સાવચેતીથી છાશ વગેરે ભરેલા ઘડામાં ઢારવી. રેડતી વખતે અવાજ થાય છે અને કલાઇ ઉછળે છે. માટે સાચવીને કામ કરવું. એ પ્રમાણે કલાઇ ઢાર્યા પછી ઘડામાંથી કાઢી લઇ ફરી તપાવવી અને ઘડામાંનું શુદ્ધિનું દ્રવ્ય (છાશ, ગોમૂત્ર, કે કવાથ) બદલી નાંખવું. એમ દરેકમાં સાત સાત વખત ઢારવાથી બંગ (કલાઇ)ની શુદ્ધિ થાય છે અને તેનું વજન પણ ઘટી જાય છે.

કલાઇની ભસ્મ

શુદ્ધ કરેલી કલાઇને એરણ ઉપર ટીપવાથી પાતળું પતરૂં બનશે. તેની કાતર વડે બાવળના પાન જેવડી નાની કટકીયો બનાવવી. બાદ

એક મોટું થાપેલું છાણું લઇ તેના ઉપર અજમો વેરવો અને તેના ઉપર કલાઇની કટકીઓ વેરવી. ફરી તેના ઉપર અજમો વેરી ઉપર બીજું છાણું ઢાંકી, દશ પંદર છાણાની વચમાં આ છાણાનો સંપૂટ મૂકી સળગાવી મુકવું. ઠંડું થઇ ગયા પછી ધીમેથી ઉખાળી જોવાથી બેઉ છાણાંની રાખોડીની વચમાં કલાઇની ફુલી ગયેલી કટકીઓ ભસ્મના રૂપમાં મળશે. તેને હાથની આંગળી ઉપર મૂકીને દબાવવાથી પાઉડર થઇ જશે. આ કટકીઓને વીણી લઇ ખરલમાં ઘુંટી કપડાથી ચાળી લેવી. આવી રીતે અજમાના યોગથી બનાવેલી ભસ્મ ઉષ્ણ બને છે.

બીજી રીત

મેંદીના પાન બશેર લાવી તેને ખાંડી પાતળો રોટલો બનાવવો. અને પછી તેટલાં જ બીજાં પાનનો બશેર બીજો રોટલો બનાવી બે રોટલાની વચમાં કલાઇની પતરી શેર ૦। છુટી વેરી બે છાણાંની વચમાં મૂકી પંદર વીશ છાણાં ફરતાં ગોઠવી અગ્નિ આપવાથી એ કટકીઓ ફુલી ભસ્મ થઇ જાય છે. તેને ઘુંટી કપડે ચાળી ઉપયોગમાં લેવી. આ પ્રમાણે મેંદીના યોગથી બનાવેલી બંગ ભસ્મ શીતળ બને છે.

ભઠ્ઠીથી ભસ્મ

લોઢાના કડાયાને ચૂલા ઉપર મૂકી અંદર અઢી શેર શુદ્ધ કલાઇ નાંખી નીચે સખ્ત અગ્નિ કરવો અને લોઢાના તવેથાથી હલાવતા જવું. તેની અંદર આમલીનાં સુકાં છોડાં તથા તલ અગાઉથી મેળવી રાખ્યાં હોય તે ચપટી ચપટી નાંખતાં જવું. (આમલીનાં છોડાંને ખાંડી તલ જેવો ભુકો કરી લેવો.) આ પ્રમાણે લગભગ બાર કલાક અગ્નિ આપવાથી ભૂખરા રંગની રાખોડી તૈયાર થશે. ત્યારબાદ બીજે દિવસે તે રાખોડીને કપડાથી ચાળી લેવી. ચળાતાં જે બાકી કાચી રહી હોય તેને ફરી ચૂલા ઉપર ચઢાવી, અગાઉની

માફક આમલીનાં છોડાં અને તલ નાંખી ભસ્મ બનાવવી. તૈયાર થયે તેને પણ ચાળી લેવી. આવી રીતે ચળાઇને તૈયાર થયેલ રાખોડીને પત્થરની ખરલમાં નાંખી કુંવારના રસમાં એક દિવસ ઘૂંટી પતાસા જેવડી નાની નાની ટીકડીઓ વાળવી અને તડકે સૂકવવી. બીજે દિવસે સરાવ સંપુટમાં ભરી કપડમટ્ટી કરી ગજપુટમાં સાધારણુ હલકો અગ્નિ આપવો. ત્યારબાદ બીજે દિવસે ભઠ્ઠી ઠંડી થયેથી બહાર કાઢી એ ટીકડીઓને ખરલમાં નાંખી અંદર કુંવારનો રસ નાંખી એક દિવસ ઘૂંટવું. આ પ્રમાણે કુંવારના રસના દશ પુટ આપીને મેંદીના રસના દશ પુટ આપવાથી ઉત્તમ સફેદ રંગની બંગભસ્મ બને છે. ઉપરની એ રીતો થોડી અને તાત્કાલિક બંગ બનાવવાની છે, જ્યારે આ રીત જથ્થાબંધ બંગ ભસ્મ બનાવવાની છે.

બંગભસ્મના ગુણુ અને ઉપયોગ

બંગભસ્મ પૌષ્ટિક છે, મૂત્રલ, દીપન, પાચન છે. મૂત્રમાર્ગનાં દરદો, જૂનો પ્રમેહ, વીર્યસ્રાવ, ધાતુક્ષીણુતા, પાન્ડુ, ગુલ્મ, જૂની ઉધરસ વગેરેમાં એકલી અથવા પ્રવાલ, શૃંગભસ્મ, અભ્રક વગેરે ભસ્મ સાથે મેળવીને અપાય છે. પ્રમાણુ ૨ થી ૪ રતી, મધ અથવા માખણુ સાથે.

જસત (યશદ) શુદ્ધિ

જસતની પણુ બજારમાં તૈયાર પાટો આવે છે. તેની શુદ્ધિ કલાઇમાં લખ્યા પ્રમાણે કરી લેવાની છે.

જસત ભસ્મ

લોઢાના કડાયામાં જસત શેર ૨॥ નાંખી નીચે તીવ્ર અગ્નિ કરવો અને કડવા લીંબડાના લીલા સોટાથી કડાઇમાં તાપથી પીગળેલા જસતને હલાવતા જવું. આ પ્રમાણે આઠથી બાર કલાક હલાવવાથી ભૂખરા રંગની જસત ભસ્મ તૈયાર થશે. બીજે દિવસે એ ભસ્મને કપડાથી ચાળી, ચળાતાં બાકી રહેલી કાચી જસતને ફરી

ચૂલે ચઢાવી ભસ્મ કરવી. બાદ એ ભસ્મને પથ્થરની ખરલમાં નાંખી કુંવારના રસમાં ઘૂંટી તેની પતાસા જેવડી ટીકડીઓ બનાવી તાપમાં સૂકવી, મધ્યમ અગ્નિની ગજપુટ ભઠ્ઠી આપવી. જેમ જેમ ભઠ્ઠીઓ અપાતી જાય તેમ તેમ ભઠ્ઠીની આંચ વધારતા જવી.

આ પ્રમાણે પંદરથી વીશ ભઠ્ઠી કુંવારના રસમાં ઘૂંટી આપ્યા પછી દશ ભઠ્ઠી દહીંની ઉપરની તર (મલાઇ) માં ઘૂંટી આપવાથી જસતની પીળચટા રંગની ખીલેલી ઉત્તમ ભસ્મ તૈયાર થશે. તે યોગ્ય સ્થળે વાપરવી.

જસત ભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

શીતળ, ગ્રાહી, પૌષ્ટિક વગેરે ગુણો જસત ધરાવે છે. તેથી સ્ત્રીઓને થતા પ્રદર વ્યાધિમાં, પ્રમેહમાં, પાન્ડુ રોગમાં, મગજ અને સ્નાયુના વ્યાધિમાં, હીસ્ટીરીયા, અપસ્માર, નેત્રરોગ વગેરેમાં, એકલી અથવા મોતી, પ્રવાલ, શંખ, બંગ, અભ્રક વગેરેની સાથે વાપરી શકાય છે. તેમજ વસંતમાલતીમાં ખાપરીયાની જગ્યાએ આ જસત ભસ્મ નંખાય છે. પ્રમાણ ૨ થી ૪ રતી, માખણ અથવા મધ સાથે.

સુવર્ણ (સોનું) શુદ્ધિ

સોનાની લગડીનો અતરડાથી બારીક ભૂકો બનાવી ગરમ કરીને છાશ, ગોમૂત્ર, તેલ, કળથીનો ક્વાથ, અને કાંજીમાં અનુક્રમે ત્રણ ત્રણ વખત ઠારવાથી શુદ્ધ થાય છે.

સુવર્ણ ભસ્મ

સોનાના ચૂર્ણ જેટલો શુદ્ધ પારદ નાંખી લીંબુના રસમાં ઘૂંટવું. સૂકાય એટલે ગોળો બનાવી તે ગોળાથી બમણા વજને ગંધક સરાવની અંદર અરધો નીચે પાથરી, ઉપર ગોળો મૂકી તેની ઉપર ગંધક પાથરી સરાવ સંપુટ કરી કપડમટ્ટીથી બંધ કર્યા બાદ વીશ શેર અડાયાં છાણાંની આંચ આપવી. આ પ્રમાણે ચૌદ પુટ આપવા.

દર વખતે પારદ અને ગંધક નવા લેવા અને પંદરમી વખતે ગજ-પુટનો અગ્નિ આપવો.

બીજો પ્રકાર

સોનાના ભૂકાથી દશ ગણો તુલસીનો રસ નાંખી ઘૂંટવું. સૂકાયા બાદ સરાવ સંપુટ કરી પ્રથમ દશ શેર છાણાંનો અગ્નિ આપવો. ત્યારબાદ ફરી એ જ પ્રમાણે તુલસીનો રસ પાઇ ભઠ્ઠી આપવી. પાંચેક ભઠ્ઠી આપ્યા પછી દશ શેર છાણાંને બદલે પંદર શેર અને વીશ શેર છાણાંનો અગ્નિ આપવો. પંદર આંચ આપ્યાથી સાધારણ લાલાશ પડતી ઉત્તમ ભસ્મ તૈયાર થાય છે.

સુવર્ણ ભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

સુવર્ણ ઓજ, કાન્તિ, બળ, મેધા, વાણીને વધારનાર, હૃદયને મજબૂતી બક્ષનાર ઉત્તમ રસાયન ગુણ ધરાવનાર દવા છે. ક્ષય, મંદાગ્નિ, શ્વાસ, ખાંસી, અરૂચી, હૃદયરોગ, વિષવિકાર, સંગ્રહણી, ઉન્માદ, કુષ્ટ, ત્રિદોષજ્વર, જીર્ણજ્વર આદિ વ્યાધિને મટાડનાર અને નવજીવન બક્ષનાર છે. સુવર્ણ ભસ્મ એકલી અથવા અભ્રક, પ્રવાલ, મોતી, માણેક, જીવન, વગેરે સાથે વપરાય છે. પ્રમાણ ૧ થી ૨ રતી ઘી, માખણ કે મધ સાથે.

રૌપ્ય (ચાંદી) શુદ્ધિ

સુવર્ણ શુદ્ધિ પ્રમાણે રૂપાની શુદ્ધિ કરવી. ભસ્મ બનાવવા માટે અસલ ચાંદીની ચીનાઇ પાટ લેવી અને તેનો અતરડાથી ભૂકો બનાવરાવી ઉપયોગમાં લેવો.

રૌપ્ય ભસ્મ

શુદ્ધ હરતાલને લીંબુના રસમાં ઘૂંટવી. હરતાલ ચાંદીના ચોથા ભાગે લેવી. બંને એક થાય એટલે અંદર ચાંદીનો ભૂકો નાંખી ઘૂંટી ગોળો વાળવો. ત્યારબાદ એ ગોળાનું જેટલું વજન હોય તેટલો શુદ્ધ ગંધક લઇ સરાવમાં ઉપર નીચે ગંધક પાથરી વચમાં

ગોળો મૂકી સરાવને સંપુટ કરી કપડમટ્ટી કરી વીશ શેર અડાયાં છાણાંની આંચ આપવી. એ જ પ્રમાણે દર વખતે હરતાલ અને ગંધક નવાં લેવાં, લીંબુના રસમાં ઘૂંટતા જવું અને ભઠ્ઠીઓ આપવી. પાંચ ભઠ્ઠી આપ્યા પછી આંચ બમણી કરવી. એ પ્રમાણે વીશ ભઠ્ઠી આપવાથી ચાંદીની ઉત્તમ ભસ્મ તૈયાર થાય છે.

બીજી રીત

શુદ્ધ ચાંદીના બારીક ભૂકાને મેંદીના પાનના રસમાં ઘૂંટી હલકી અગ્નિ આપવી અને દર વખતે અગ્નિ વધારતા જવું. એવી રીતે પચ્ચીશ ભઠ્ઠી આપવાથી સફેદ રંગની ચાંદીની ઉત્તમ ભસ્મ થાય છે.

રૌપ્ય ભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

રૌપ્ય ભસ્મ શીતવીર્ય, પિત્તશામક, સૌમ્ય અને રસાયન જેવા ગુણ ધરાવનાર છે. અપસ્માર, હીસ્ટીરીયા, ઉરૂરોગ, મગજના વ્યાધિ, ખાંસી, ક્ષય, જુનો પ્રમેહ, રક્તપિત્ત અને અર્શના વ્યાધિમાં વાપરી શકાય છે. એકલી અથવા સુવર્ણ માક્ષિક ભસ્મ, અભ્રક, મોતી, પ્રવાલ, સુવર્ણ આદિ સાથે વાપરી શકાય છે. પ્રમાણ ૧ થી ૨ રતી, મધ અથવા આંબળાનો મુરબ્બો, જીવન, કે શતાવરીના રસ સાથે જુદા જુદા વ્યાધિ પ્રમાણે આપી શકાય.

સુવર્ણ માક્ષિક શુદ્ધિ

સુવર્ણ માક્ષિકના પત્થર બજારમાં ગાંધીઓને ત્યાં મળે છે. છતાં બજારમાં ઘણી જગ્યાએ સુવર્ણ માક્ષિકને બદલે રૌપ્ય માક્ષિક અથવા કાંસ્ય સુવર્ણ માક્ષિકના નામે વેચાય છે. સુરત પાસે તાપી નદીના કિનારા ઉપર કેટલીક વખતે સુવર્ણ માક્ષિક મળી આવે છે. પરંતુ આ સુવર્ણ માક્ષિકમાં પત્થરનું પ્રમાણ બહુ મોટું હોય છે અને માક્ષિકનું પ્રમાણ જુજ હોય છે. પરંતુ પરદેશ—અમેરિકાથી આવતી સાચી સુવર્ણ માક્ષિક તે જ ઉત્તમ સુવર્ણ માક્ષિક છે. સાચી સુવર્ણ માક્ષિકની પરીક્ષા : સોની લોકો સોનાનો કસ કરવા

જે કસોટીનો પત્થર રાખે છે તેના ઉપર સુવર્ણ માક્ષિકને ઘસવાથી સોના જેવો કસ આપે તે સાચી સુવર્ણ માક્ષિક સમજવી.

સુવર્ણ માક્ષિકને ખાંડી લોઢાની કડાઇમાં નાંખી નીચે ખૂબ અગ્નિ આપવાથી સુવર્ણ માક્ષિક સળગી ઉઠે છે. કારણ કે તેની અંદર રહેલો ગંધક બળવા લાગે છે. આ ગંધક બળી ગયા પછી સુવર્ણ માક્ષિકના વજન જેટલો લીંબુનો રસ, એરંડીયું તેલ તથા ગાયનું ઘી અંદર નાંખતાં જવું અને નીચે અગ્નિ ચાલુ રાખવો. જ્યારે તેમાં નાંખેલાં દ્રવ્યો બળી જાય અને માક્ષિક કોરી પડી જાય એટલે નીચે ઉતારી ખરલમાં નાંખી લીંબુના રસમાં ઘુંટી ટીકડીયો બનાવી સુકવીને સરાવ સંપુટમાં ભરી, કપડમટ્ટી કરી ગજપુટનો અગ્નિ આપવો. આવી રીતે દશ પુટ લીંબુના, પાંચ પૂટ દહીંના અને પાંચ પુટ પંચામૃત (દૂધ, દહીં, ઘી, મધ અને સાકર) ના આપવાથી ઉત્તમ-લાલ રંગની સુવર્ણ માક્ષિક ભસ્મ તૈયાર થાય છે.

સુવર્ણમાક્ષિક ભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

સુવર્ણ માક્ષિક શોધક, પૌષ્ટિક, રક્તપ્રદ છે, સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયના રોગને નાબૂદ કરી આવેલી ફીકાશને મટાડે છે. પાન્ડુ, કમળો, સોજા, નેત્રરોગ, કુષ્ટ, અર્શ, જીર્ણ પ્રમેહ, અને પ્રદરના રોગમાં ઘણું ઉત્તમ કામ કરે છે. એકલી ભસ્મ અથવા પ્રવાલપીષ્ટી, ગળોસત્ત્વ, મંડુર, શૃંગભસ્મ, વગેરે ઔષધોની સાથે વાપરી શકાયે છે. પ્રમાણ ૨ થી ૬ રતી સુધી સાકર, ઘી, ત્રિફળાં અથવા મધ સાથે.

મંડુર શુદ્ધિ

લોઢાના કાટને મંડુર કહેવામાં આવે છે. આવો મંડુર જમીનમાંથી ઘણી જગ્યાએ મળી આવે છે. કેટલીક જગ્યાએ આવા મંડુરમાં બીજી ધાતુ પણ મળેલી હોય છે. લાલાશ લેતો છિદ્ર વગરનો જૂનો મંડુર ઉત્તમ ગણાય છે.

મંડુર ભસ્મ

મંડુરને ખાંડી ગરમ પાણીથી ઉકાળી શુદ્ધ થયા પછી તેને ગાયના મૂત્રમાં ઘૂંટવો. સૂકાય એટલે સરાવસંપુટ કરી ગજપુટની ભઠ્ઠી આપવી. આવી રીતે ગૌમૂત્રના દશ, ત્રિફળાંના દશ અને ગાયના દહીંના દશ પુટ આપવાથી મંડુરની ઉત્તમ ભસ્મ થાય છે.

મંડુર ભસ્મનો ગુણ અને ઉપયોગ

લોહ ભસ્મને મળતા ગુણ મંડુરમાં મળે છે. છતાં મંડુર ઠંડો છે. જેને લોહ માફક નથી આવતી તેને મંડુર માફક આવે છે. પાન્ડુ રોગ, સોજા, કમળો, સ્ત્રીઓના આર્તવ દોષ, નબળાઇ, પીકાશ, બરોલ અને યકૃતના વ્યાધિમાં મંડુર સારૂં કામ કરે છે. એકલો અથવા શંખ, પ્રવાલ, અભ્રક વગેરે સાથે વાપરી શકાય છે. એકલો ૩ થી ૧૨ રતી સુધી છાશ, મધ, અથવા દુધ સાથે.

પ્રવાલ શુદ્ધિ

સમુદ્રમાં રહેનારાં એક જાતનાં પ્રાણીની લાળમાંથી બનેલો પદાર્થ તેને પ્રવાલ કહે છે. બજારમાં પ્રવાલની ડાંખળી ગાંધી લોકોને ત્યાં મળે છે. રંગમાં લાલ, છિદ્ર વગરની, વજનમાં ભારે પ્રવાલ ઉત્તમ ગણાય છે. આવી ડાંખળીને લાવી લીંબુના રસમાં બાર કલાક પલાળી રાખી ચોખ્ખા પાણીથી ધોઇ લેવાથી પ્રવાલ શુદ્ધ બને છે.

પ્રવાલ ભસ્મ

પ્રવાલને પ્રથમ એરંડીયા તેલનો કરમો દઇ સરાવમાં ભરી ગજપુટનો અગ્નિ આપવો. ત્યારબાદ તેને કાઢી ખરલમાં નાંખી, આકડાનાં પાનના રસમાં ઘૂંટી ટીકડી બનાવી, સંપુટમાં ભરી, ફરી ગજપુટ આપવો. આવી રીતે બે ચાર ભઠ્ઠી આપવાથી સફેદ રંગની ઉત્તમ પ્રવાલ ભસ્મ બને છે. આકડાના રસની માફક કુંવારના રસના અથવા ગાયના દુધના પટ આપીને પણ પ્રવાલની ભસ્મ બનાવી

શકાય છે. પાંચેક ભઠ્ઠીથી વધારે પુટ આપવાની જરૂર પ્રવાલને માટે રહેતી નથી.

પ્રવાલ ભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

પ્રવાલ ભસ્મ એ ઉંચા પ્રકારનું આયુર્વેદિક કેલસ્યમ છે. જીર્ણ-જ્વર, હેડકી, ખાંસી, શ્વાસ, પિત્તપ્રકોપ, ક્ષય, શરીરમાં દાહ, દુર્બળતા, પ્રદર, નેત્રની ગરમાઇ, પ્રમેહ અને શોષરોગમાં છૂટથી આપી શકાય છે. પ્રવાલને વધારે ઠંડી બનાવવી હોય તો ગુલાબજળના પટ આપી વૈશાખ મહિનાના સખત તાપમાં ખૂલ્લી મૂકવાથી પણ ભસ્મ બને છે, અને તેને સૂર્યતાપી કહેવામાં આવે છે. અથવા પ્રવાલની ડાંખળીને ખાંડી ખરલમાં નાંખી ૨૧ દિવસ સુધી ઉંચા પ્રકારના ગુલાબજળમાં ઘૂંટવાથી બારીક પીષ્ટિ બને છે. આને પ્રવાલ પીષ્ટિ કહેવામાં આવે છે. તે ગુણમાં અત્યંત શીતલ અને તાત્કાલિક ગુણ કરનાર છે. શરીરમાંથી કોઇ પણ જગ્યાએથી લોહીનું પડવું, રક્તપિત્ત, પ્રદર, ઉષ્ણવાત અને પિત્તની ગરમાઇને આ પ્રવાલ પીષ્ટિ બિલકુલ નાબૂદ કરે છે.

શંખની શુદ્ધિ અને ભસ્મ

શંખ એ પણ સમુદ્રમાંથી મળી આવે છે. સફેદ રંગનો અને વજનમાં ભારે શંખ ઉત્તમ ગણાય છે. તેવા શંખને પ્રથમ ગરમ પાણીમાં ઉકાળવાથી અથવા ગરમ પાણીમાં થોડો લીંબુનો રસ નાંખી ઉકાળવાથી શુદ્ધિ થાય છે. ત્યારબાદ શંખના ટુકડા કરી ખાટા લીંબુમાં પલાળી રાખવા. ત્યારબાદ શંખને તપાવીને લીંબુના રસમાં ઠારવાથી તેનો ભૂકો થઇ જાય છે. એ ભૂકાને ખરલમાં નાંખી લીંબુ સાથે ઘૂંટી ટીકડીઓ બનાવી સરાવ સંપુટમાં ભરી ગજ-પુટનો અગ્નિ આપવાથી શંખની સફેદ રંગની ઉત્તમ ભસ્મ બને છે.

શંખ ભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

શંખ ભસ્મ પેટનાં રોગોમાં ઘણું સારૂં કામ કરે છે. ગુલ્મ, વાયુ, મંદાગ્નિ, અજીર્ણ, બરોલ, ખાંસી, હેડકી, સંગ્રહણી, પરિણામ

શૂળ, ઝાડા, વગેરેમાં શંખ ભસ્મ એકલી અથવા, પીંપર, સોડા, મોરપીંછની ભસ્મ, અભ્રક, લોહ, મંડુર સાથે અપાય છે. પ્રમાણુ ૩ થી ૬ રતી મધ અથવા માખણુ સાથે.

કોડીની શુદ્ધિ અને ભસ્મ તથા ઉપયોગ

કોડી (વરાટિકા) એ પણુ સમુદ્રની પેદાશ છે. તેની શુદ્ધિ અને ભસ્મ શંખ ભસ્મ પ્રમાણે કરી લેવી.

પેટના રોગ, વિષમ જ્વર, સંગ્રહણી, પેટનો વાયુ, શૂળ, ખાંસી અને શ્વાસમાં એકલી અથવા શંખ, છીપ, મંડુર, પ્રવાલ સાથે વપરાય છે. પ્રમાણુ ૩ થી ૬ રતી, માખણુ, ઘી, કે પાણી સાથે.

સાબરશૃંગની શુદ્ધિ અને ભસ્મ

સાબર નામના પ્રાણીનાં શીંગડાં દવામાં ઘણા વખતથી વપરાય છે. તે બજારમાં મળે છે અને લોઢા જેવાં સખત હોય છે. તેના કરવતીથી ટુકડા કરી પ્રથમ એરંડીયા તેલમાં કેટલોક વખત ડુબાડી રાખવાથી તેની શુદ્ધિ થાય છે. ત્યારબાદ એ ટુકડાને કોલસાની સખત આંચ ખૂલ્લા મેદાનમાં આપવી, જેથી તે બળી જશે, ખરાબ ધુમાડો નીકળી કોલસા થશે. એ કોલસાને ખરલમાં નાંખી, આકડાના પાનના રસમાં ઘૂંટી, ગજપુટનો અગ્નિ આપવો. આ પ્રમાણે ત્રણુ પુટ આપવાથી ઉત્તમ ભસ્મ બને છે. તેને વધારે ગુણુકારી બનાવવી હોય તો અરડુશીનો રસ, ધતુરાનો રસ, ભોંરીંગણીનો રસ, અઘેડાનો રસ—એ દરેક રસની ત્રણુ ત્રણુ ભાવના આપવી અને દરેક ભાવના સાથે ભઠ્ઠી આપવાથી ઉત્તમ તાત્કાલિક ગુણુ કરનારી ભસ્મ તૈયાર થાય છે.

સાબરશૃંગ ભસ્મના ગુણુ અને ઉપયોગ

આ ભસ્મ એક અત્યંત ગુણુશાળી અને ઘરગથ્થુ ભસ્મ છે. ખાંસી, ક્ષય, પડખાનું શૂળ (પ્લુરસી), કંઠમાળ, રક્તવિકાર, છાતીનો

દુ:ખાવો, કફજ્વર, દમ, કફની અધિકતા અને ઉધરસમાં એકલી અથવા પ્રવાલ, અભ્રક, લોહ, મંડુર, શંખ વગેરે સાથે વાપરી શકાય છે. પ્રમાણ ૨ થી ૪ રતી મધ, અરડુશીનો રસ અથવા પાનના રસ સાથે.

શક્તિ (છીપ) શુદ્ધિ અને ભસ્મ

છીપ સમુદ્રમાંથી મળે છે. તેમાં બે પ્રકારની છીપ છે. એક સાચાં મોતી જેમાં પાકે છે તે મોટી, દળદાર અને જેનું અંદરનું કવર મોતી જેવું ચમકદાર હોય છે. બીજી નાની જાતની છીપ આવે છે, જેમાં મોતી પાકતાં નથી. પહેલી જાતની છીપ ઉત્તમ ગણાય છે. તેની શુદ્ધિ અને ભસ્મ શંખ ભસ્મ પ્રમાણે કરી લેવી. શુદ્ધિ કરતાં પહેલાં છીપનું ઉપરનું ખરબચડું કવર તોડી જુદું કરી ફેંકી દેવું. અંદરનું સફેદ જ લેવું.

ગુણ અને ઉપયોગ

પેટના રોગ, વિષમજ્વર, સંગ્રહણી, હૃદયરોગ, ક્ષય, શળ, અને ખાંસી વગેરેમાં અત્યંત ઉપયોગી છે. એકલી અથવા પ્રવાલ, અભ્રક, શૃંગ, મંડુર, વગેરે સાથે વાપરી શકાય છે. પ્રમાણ ૩ થી ૬ રતી. માખણ અથવા ઘી સાથે.

મુક્તા (મોતી)

મોતીને ભસ્મના રૂપમાં વાપરવાથી અમો વિરૂદ્ધ છીએ. પણ તેની પીષ્ટિ બનાવી વાપરવી સારી છે. અગ્નિના તાપથી મોતીનાં અમુક તત્ત્વો નાબૂદ થાય છે. મોતી બસરાઇ પહેલા નંબરે છે. બીજા નંબરે મોતી જામનગરી અને ત્રીજા નંબરે ઓસ્ટ્રેલીયન.

પીષ્ટિ

પાકી ખરલમાં મોતીને નાંખી ઉત્તમ ગુલાબજળ સાથે ૨૧ દિવસ ઘુંટવાથી મોતીની ઉત્તમ પીષ્ટિ થાય છે.

ગુણ અને ઉપયોગ

નેત્રરોગ, ઉરૂક્ષત, મગજની નબળાઇ, ક્ષય, જીર્ણ જ્વર, મસ્તકશૂળ, પિત્તવિકાર, દાહ, ધાતુક્ષીણતા, મગજની ગરમાઇ, અપસ્માર, ખેંચતાણ, યાદશક્તિની ખામીમાં ઉત્તમ છે, આદ્વિતીય કેલશ્યમ છે. પ્રમાણ ૧ થી ૨ રતી, મધ, ઘી કે માખણ સાથે.

ઉપરની ભસ્મ સિવાય, તામ્ર, સીસું, પિત્તળ, ત્રિબંગ જેવી ઘણી બનાવટો રહી જાય છે. પરંતુ એ ભસ્મોની બનાવટ અત્યંત કડાકૂટવાળી છે, તેમ જ એ ઔષધો અત્યંત ઉગ્ર હોવાથી સાધારણ જનસમાજના હાથથી બનાવવાં કે વાપરવાં હિતકારી નથી. તેને કોઇ અનુભવી વૈદ્ય જ બનાવીને વાપરી શકે છે. માત્ર ઉપર બતાવેલી ભસ્મો હરકોઇ માણસ બનાવી વાપરશે તો હરકત જેવું નથી. અમે બતાવેલી રીત પ્રમાણે તેને બરાબર બનાવવી. અભ્રકમાં ચંદ્રિકા (ચમકાટ) ન રહે, લોહ વારીતર હોય, બીજી ભસ્મો મુલાયમ અને રેખાપૂર્ણ (આંગળી અને અંગુઠાની વચમાં ભસ્મ મસળતાં કાંકરી ન દેખાય પણ મુલાયમ રેખામાં પેસી જાય તેને રેખાપૂર્ણ કહે છે) થાય એટલે એ વાપરી શકાય છે. ભસ્મો ખરી રીતે બાર મહિનાની જૂની થઇ ગયા પછી કામમાં લેવાય તો વધારે સારૂં. છતાં પ્રવાલ, છીપ, મોતી, સાબરશૃંગ, શંખ જેવી ભસ્મો તુરત વાપરવામાં પણ વાંધો નથી.

રસો અને તેમાં પડતાં દ્રવ્યોની શુદ્ધિ

પારદ

આગળ લખવામાં આવે છે એ રસોમાં કેટલીક જગ્યાએ પારદ નંખાય છે. સાધારણ રીતે પારદ બજારમાંથી તૈયાર મળે છે. પણ તે ભેળસેળવાળો મળતો હોવાથી તે વાપરવો બરાબર નથી. એટલે હીંગળોકમાંથી પારદ કાઢીને જ રસોમાં નાંખવો જોઇએ.

ડમરૂ યંત્ર

પારદને હીંગળોકમાંથી કાઢવા માટે પ્રથમ રૂમી હીંગળોક ખાટા લીંબુના રસમાં ઘૂંટી એક માટીના ઘડામાં તળીએ નાંખવો. એવડો જ માટીનો એક બીજો ઘડો લેવો અને એ ઘડો તેના ઉપર ઉંધો ઢાંકી બન્નેનાં મોઢાં એક થાય ત્યાં કપડું માટી ચોપડી સંધીલેપ બરાબર કરવો. ત્યારબાદ ઘડાને ચૂલા ઉપર ચઢાવી, નીચે તાપ કરવો. આ પ્રમાણે બન્ને ઘડા અવળા સવળા જોડવાથી ડમરૂ યંત્ર કહેવાય છે. એ પ્રમાણે એ ડમરૂયંત્રને નીચે ધીમો તાપ શરૂ કરવો અને ઉપરના ઘડાના પેટ ઉપર ઠંડા પાણીનાં પોતાં મૂકવાં. પોતું ગરમ થાય તેમ ફરી ઠંડા પાણીમાં બોળી બદલતાં રહેવું, જેથી હીંગળોકમાંથી પારો ઉડી ઘડાના ઉપરના તળીએ ચોટશે. લગભગ બાર કલાક આ પ્રમાણે ચાલુ રાખ્યા બાદ અગ્નિ બંધ કરવો. ડમરૂ યંત્ર ઠંડું થઇ ગયા પછી નીચે ઉતારી ધીમે રહી ખોલવું અને ઉપરના ઘડાના અંદરના તળીએ ચોટેલો પારો કપડાથી લૂછી લઇ લેવો. આ પારદને ખરલમાં નાંખી હળદર, ઈંટ, ઘરના ચૂલા ઉપર લાગેલો ધૂમાડો, અને લીંબુનો રસ, તથા સીંધવ એ પાંચ ચીજો પારદના વજને ખરલમાં નાંખી ચોવીશ કલાક ઘૂંટવું. બાદ પાણીથી ધોઇ પારો જુદો કાઢી લઇ કપડેથી ગાળી લેવો. આ પારદ દરેક દવામાં વાપરી શકાય એવો શુદ્ધ બને છે.

ગંધક શુદ્ધિ

આમલસારો ગંધક લાવી, વાટી જેટલો ગંધક હોય તેટલા ગાયના ઘીમાં લોઢાની કડાઇમાં ગરમ મૂકવો, અને પાંચગણા ગાયના દૂધને તપેલીમાં ભરી ગંધક અને ઘી ગરમ થઇ એક રસ થાય એટલે દૂધમાં રેડી દેવાથી ગંધક ઠરીને ગઠ્ઠા જેવો થઇ જશે. તેને ગરમ પાણીથી ધોઇ તડકે સૂકવી વાટી રાખવો. આ પ્રમાણે તૈયાર થયેલા ગંધકને શુદ્ધ ગંધક કહે છે.

હીંગળોક શુદ્ધિ

રૂમી હીંગળોકને ખાટા લીંબુના રસમાં ત્રણ દિવસ, અને ત્રણ દિવસ ઘેટીના દૂધમાં ઘુંટવાથી શુદ્ધ થાય છે.

વચ્છનાગ શુદ્ધિ

વચ્છનાગના મૂળીયાં કાળા રંગનાં ગાંધીને ત્યાં મળે છે. તેને ત્રણ દિવસ સુધી ગાયના મૂત્રમાં પલાળી રાખી ચોથા દિવસે સ્વચ્છ પાણીથી ધોઇ, ચારગણા ગાયના દૂધમાં ઉકાળી ધોઇ લઇ સુકવી ખાંડી ભૂકો બનાવવો. એને શુદ્ધ વછનાગ કહે છે.

નેપાળાનું શોધન

નેપાળાનાં બીજ એરંડીને મળતાં આવે છે. તેને લાવી ફોડી અંદરથી બીજ કાઢી, એ બીજની પોટલી ભેંશના છાણમાં થોડું પાણી નાંખી એક ઘડામાં ભરી ચૂલે ચઢાવી છ કલાક તેની નીચે અગ્નિ આપવો. બાદ પોટલી કાઢી બીજને ગરમ પાણીથી સારી રીતે ધોઇ બીજને ચપ્પુથી ફોલી વચમાંથી પાતળી જીભ નિકળે તે કાઢી નાંખવી. આવી રીતે તૈયાર કરેલા નેપાળાને શુદ્ધ કહે છે.

ધતુરાનાં બીજ

ધતુરાનાં બીજને પોટલી બાંધી ખાટી છાશમાં ત્રણ કલાક ઉકાળવાં. ત્યારબાદ પાણીથી ધોઇ તડકે સૂકવી લેવાં. આને ધતુરાનાં બીજની શુદ્ધિ કહે છે.

ઝેરકોચલાં

ઝેર કોચલાંને અગીયાર દિવસ ગાયના મૂત્રમાં પલાળી રાખવાં. બારમા દિવસે ઝેરકોચલાં જેટલું ગાયનું ઘી ચૂલે મૂકી અંદર ઝેરકોચલાં નાંખી નીચે અગ્નિ કરવો. ઝેરકોચલાં તળાઇને બદામી રંગનાં થાય એટલે નીચે ઉતારી ઉપરથી ચપ્પા વડે છાલ કાઢી નાંખવી અને તેને ફોલી વચમાંથી જીભ કાઢી નાંખવી. આવી રીતે તૈયાર કરેલાં શુદ્ધ ઝેરકોચલાં કહેવાય છે.

હરતાલ શોધન

હરતાલ બે જાતની આવે છે: વરખી અને દગડી. વરખી હરતાલ દવામાં ઉત્તમ ગણાય છે. વરખી હરતાલના ટુકડા કરી તાંદળજાને ખાંડી, પાણી રેડી એક ઘડામાં ભરવો. તેની ઉપર એક લાકડાનો ટુકડો આડો મૂકવો અને હરતાલની પાતળા કપડામાં પોટલી બાંધી એ પોટલીને દોરાથી બાંધી ઘડાના મોઢા ઉપરના લાકડાના ટુકડા સાથે બાંધી, પોટલી ઘડાની અંદર લટકતી રાખવી, પરંતુ તે તાંદળજાના પાણીને અડકવી ન જોઇએ. આને દોલાયંત્ર કહે છે. આ પ્રમાણે તૈયાર કરી ઘડાને ચૂલા ઉપર ચઢાવી ત્રણ કલાક અગ્નિ આપવો, જેથી વરાળનો બાફ પોટલીને લાગશે. આ પ્રમાણે બાફ આપવાથી હરતાલની શુદ્ધિ થાય છે.

સોમલ શુદ્ધિ

હરતાલની શુદ્ધિ પ્રમાણે જ સોમલની પણ શુદ્ધિ કરી લેવી.

ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે દરેક દ્રવ્યો શુદ્ધિ કરેલાં જ વાપરવાં, જેથી દવાઓ ઉત્તમ ગુણકારી થાય છે અને તરત અસર કરે છે. શુદ્ધ કર્યા વગરનાં નાંખવાથી લાભને બદલે નુકસાન થાય છે. માટે કાળજીપૂર્વક શુદ્ધિ કરી લેવી જોઇએ.

અગ્નિતુન્ડી ગુટીકા

શુદ્ધ પારદ તો. ૧, શુદ્ધ વચ્છનાગ તો. ૧, શુદ્ધ ગંધક તો. ૧ અજમો તો. ૧, ત્રિફળાં (હરડાં, બેડાં, આંબળાં) તો. ૩, સાજીખાર તો. ૧, જવખાર તો. ૧, ચિત્રક તો. ૧, સિંધવ તો. ૧, જીરૂં તો. ૧, શુદ્ધ ઝેરકોચલાં તો. ૧૮.

વિધિ—પારદ ગંધકને પ્રથમ ખરલમાં ઘુંટી કજ્જલી કરવી. ત્યારબાદ બધી વસ્તુઓ સાથે નાંખી, લીંબુના રસમાં એક દિવસ ઘૂંટી મટર જેવડી ગોળી બનાવવી અને છાંયે સૂકવી લેવી. પ્રમાણ ૧ થી ૨ ગોળી પાણી સાથે.

ગુણ—દરેક જાતના વાયુ, પેટનો ગેસ, અજીર્ણ, અજીર્ણના ઝાડા મટાડી, ક્ષુધા ઉઘાડી શક્તિ લાવે છે.

અગ્નિરસ

પારદ તો. ૧, ગંધક તો. ૨, પીંપર તો. ૩, હરડે તો. ૪, બહેડાં તો. ૫, અરડુસીનાં પાન તો. ૬.

વિધિ—પ્રથમ પારદ ગંધકને ઘૂંટી ત્યારબાદ બીજાં વસાણાં મેળવી, બાવળની છાલના ઉકાળાની ૨૧ ભાવના આપવી, (એકવીશ દિવસ ઘુંટવું.) પછી સૂકવી બાટલી ભરી રાખવી. પ્રમાણ ૬ થી ૧૨ રતી. મધ સાથે. ખાંસી, ઉધરસ, ગળાના રોગ, શરદી, કફ માટે ઉત્તમ છે.

અગ્નિકુમાર રસ

પારદ તો. ૧, વચ્છનાગ તો. ૧, શુદ્ધ ગંધક તો. ૧, કાળાં મરી તો. ૮. શંખ ભસ્મ તો. ૨, કોડીની ભસ્મ તો. ૨.

વિધિ—પારદ ગંધકને ખરલમાં પ્રથમ ઘૂંટી, બીજી દવાઓ મેળવી, કાગદી લીંબુના રસમાં સાત દિવસ ઘૂંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળી સૂકવી લેવી. પ્રમાણ ૨ થી ૪ ગોળી. પાણી અથવા મધ સાથે. અજીર્ણ, બદહજમી, કોલેરા, અજીર્ણના, ઝાડા ઉપર અકસીર છે.

અશ્વકંચુકી રસ (ઘોડાચોળી)

શુદ્ધ પારદ તો. ૧, ફુલાવેલો ટંકણ ખાર તો. ૧, શુદ્ધ ગંધક તો. ૧, શુદ્ધ વચ્છનાગ તો. ૧, ત્રિકટુ (સૂંઠ, મરી, પીંપર) તો. ૩, શુદ્ધ હરતાલ તો. ૧, શુદ્ધ નેપાળો તો. ૧, ત્રિફળાં (હરડાં, બેડાં, આંબળા) તો. ૪.

વિધિ—પારદ ગંધકની કજલી કરી બીજી વસ્તુ મેળવી ખરલમાં નાંખી ભાંગરાના રસની ૨૧ ભાવના આપવી (એકવીશ દિવસ ઘૂંટવી) બબ્બે રતીની ગોળી બનાવવી. પ્રમાણ ૧ થી ૨ ગોળી પાણી સાથે.

ગુણ—તાવમાં, ઉદરવ્યાધિમાં રેચ આપવાની જરૂર જણાય ત્યાં આપવી.

આનંદભૈરવ રસ

શુદ્ધ હીંગળો તો. ૧, વચ્છનાગ તો. ૧, ત્રિકટુ (સૂંઠ, મરી પીંપર) તો. ૩, ટંકણખાર તો. ૧, પીંપર તો. ૧.

વિધિ—લીંબુના રસમાં સર્વ વસ્તુને ઘૂંટી બબ્બે રતીની ગોળી બનાવવી. પ્રમાણઃ ૧ થી ૨ ગોળી મધ સાથે અથવા ઇંદ્રજવ અને કડાછાલના પાણી સાથે. ગુણ–શરદી, તાવ, તાવ સાથે ઝાડા, અતિસાર વગેરેમાં સારૂં કામ કરે છે.

આરોગ્યવર્ધિની

પારદ તો. ૧, ગંધક તો. ૧, તામ્રભસ્મ તો. ૧, અભ્રક ભસ્મ તો. ૧, લોહ ભસ્મ તો. ૧, ત્રિફળાં (હરડાં, બહેડાં, આંબળાં) તો. ૧૦, ચિત્રમૂળ તો. ૨૦, શુદ્ધ ગુગળ તો. ૨૦, શિલાજીત તો. ૧૫, કડુ તો. ૭.

વિધિ—પ્રથમની પાંચ ચીજો બરાબર મેળવી પછી ચૂર્ણો મેળવી, ગુગળનો ઉકાળો કરી મેળવવો. ત્યારબાદ નરમ શીરા જેવું થાય તેટલો લીંમડાનો રસ નાંખવો અને પછી તેને ઘૂંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી. પ્રમાણ ૩ થી ૬ ગોળી પાણી અથવા દૂધ સાથે. ગુણ–શરીર ઉપર આવેલા સોજા, કબજીયાત, પેટના મહાવ્યાધિ, રક્તવિકાર, લીવર, મંદાગ્નિ, પાંડુ, જળોદર, વગેરેમાં અપૂર્વ કામ કરનાર દેશી ઔષધોનું ચમત્કારિક શસ્ત્ર છે. દરદીને દૂધ ઉપર રાખી દવા આપવાથી ગમે તેવો સોજો ઉતરી જાય છે. જળોદર જેવા રોગમાં આશ્ચર્યકારક કામ કરે છે.

જવરાંકુશ રસ

શુદ્ધ પારદ તો. ૧, શુદ્ધ વચ્છનાગ તો. ૧, શુદ્ધ ગંધક તો. ૧, શુદ્ધ ધતુરાનાં બીજ તો. ૩, સુંઠ તો. ૪, પીંપર તો. ૪, વિધિ—પારદ ગંધકની કજલી કરી બીજાં બારીક વસાણાં મેળવી, લીંબુ

તથા આદુના રસમાં એકેક દિવસ ઘૂંટી ચણોઠી જેવડી ગોળી વાળવી. **પ્રમાણ**—૧ થી ૨ ગોળી આદુના રસ અને મધ સાથે અથવા પાણી સાથે. **ગુણ**—ચઢઉતર કરતો તાવ, વિષમજ્વર, મેલેરીયા, ટાઢીયો તાવ, વગેરેમાં તાવને અટકાવવા માટે આપી શકાય છે.

પુનર્નવાદિ મંડુર

સાટોડીનું પંચાગ તો. ૪, નસોતર તો. ૪, સૂંઠ તો. ૪, મરી તો. ૪, પીપર તો. ૪, વાવડીંગ તો. ૪, દેવદાર તો. ૪, ચિત્રક મૂળ તો. ૪, કુષ્ટ તો. ૪, હળદર તો. ૪, દારૂહળદર તો. ૪, ત્રિફળાં તો.૧૨, દંતીમૂળ તો. ૪, ચવક તો. ૪, ઇંદ્રજવ તો. ૪, કડુ તો. ૪, પીપરીમૂળ તો. ૪, નાગરમોથ તો. ૪, મંડુરભસ્મ તો. ૧૬૦, ગૌમૂત્ર શેર ૨૪. **વિધિ**—કાષ્ઠિક ઔષધોનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી ગૌમૂત્રમાં મંડુર તથા ચૂર્ણ નાંખી અગ્નિ ઉપર પકાવવું. ગોળી વાળવા જેવું જાડું થાય ત્યારે નીચે ઉતારી ચણીબોર જેવડી ગોળી વાળી સુકવી.

પ્રમાણ: ૧ થી ૨ ગોળી. **અનુપાન**—તાજી મોળી છાશ. **સમય**—સવાર સાંજ બે વખત. ઉપયોગ—પાંડુરોગ, બરોલ, હરસ, વિષમજ્વર, સોજા, ગ્રહણીદોષ અને ચામડીના વિકારોમાં વાપરી શકાય છે.

પંચામૃત પર્પટી

શુદ્ધ પારદ તો. ૪, શુદ્ધ ગંધક તો. ૮, અભ્રક ભસ્મ તો. ૧. લોહ ભસ્મ તો. ૨, તામ્ર ભસ્મ તો. ૦॥.

વિધિ—પારદ ગંધકની કજલી કરી તેમાં બાકીની ત્રણ ભસ્મો મેળવી ઘૂંટી લેવું. બાદ બહુ જ ધીમા તાપ ઉપર લોઢાના પાત્રમાં જરા ઘી લગાવી તેમાં એ મિશ્રણ નાંખી ગરમ કરવું અને હલાવતાં જવું. રસ થતાં તેને ગાયના છાણ પર પાથરેલા કેળના પાન પર

ઢાળી ઉપર બીજું પાન ઢાંકી છાણ વડે દબાવવું. થેાડીવારમાં તેને ખેાલવાથી ઝીણી પતરી જેવી ચમકદાર પાપડી થશે. તેને લઇ ખરલમાં વાટી બાટલીમાં ભરી રાખવી. **પ્રમાણ**–૩ થી ૬ રતીભાર અથવા પ્રકૃતિ અને રેાગના બળ પ્રમાણે. **અનુપાન**–હિંગાષ્ટક અને ઘી સાથે અથવા કેવળ મધ કે છાશ અથવા દૂધ સાથે. **સમય**–સવાર સાંજ બે વખત. **ઉપયેાગ**–આંતરડા અને હેાજરીના નવા જૂના રેાગ, ક્ષય, ઝાડા, મરડેા, મંદાગ્નિ, જૂનું અજીર્ણ, હરસ તથા સંગ્રહણી માટે સર્વોત્તમ ઉપાય છે. **પથ્ય**–છાશ, દૂધ અથવા હલકેા ખેારાક વૈદ્યની સલાહ પ્રમાણે.

મહાલક્ષ્મી વિલાસ રસ

અભ્રક ભસ્મ તેા. ૪, શુદ્ધ ગંધક તેા. ૨, બંગ ભસ્મ તેા. ૧, રસસિંદુર તેા. ૦ાા, શુદ્ધ હરતાલ તેા. ૦ાા, તામ્ર ભસ્મ તેા. ૦ા, કપુર, જાયફળ, જાવંત્રી, એ દરેક અડધેા તેાલેા, વરધારાનાં બીજ તેા. ૧, કનક બીજ તેા. ૧, સુવર્ણ ભસ્મ તેા. ૦ા.

આ તમામ ઔષધેાને વિધિસર મેળવી ખરલમાં ઘૂંટી બારીક બનાવી બાટલી ભરી રાખવી. **પ્રમાણ** ૧ થી ૨ રતી. **સમય** સવાર–સાંજ બે વખત. **અનુપાન**–મધ. **ઉપયેાગ**–ગળાનાં દરદેા, ખાંસી, ક્ષય, પ્રમેહ, ભગંદર, નબળાઇ, હૃદયની કમજોરી, મેદ રેાગ, વ્રણ, સળેખમ, રક્તવિકાર, વાતરેાગ, શિરશૂલ વગેરેને મટાડી બળ તથા વીર્યની વૃદ્ધિ કરે છે. આ દવા પર પૌષ્ટિક ખેારાક લેવેા.

લક્ષ્મીનારાયણ રસ

શુદ્ધ ગંધક, શુદ્ધ હીંગુલ, ફુલાવેલ ટંકણ, શુદ્ધ વચ્છનાગ, નગેાડનાં બીજ, અતિવિષ, પીંપર, ઈંદ્રજવ, અભ્રક ભસ્મ, સિંધાલુણ, આ દરેક ચીજને બબ્બે તેાલા લઇ બારીક વાટી ખરલમાં ઘૂંટી તેને દંતીમૂળના ક્વાથની તથા ત્રિફળાના ક્વાથની ત્રણ ત્રણ ભાવના આપી ઘૂંટી રતીભારની ગેાળી કરી સૂકવી લેવી. **પ્રમાણ**–

૧ થી ૩ રતીભાર. **અનુપાન**–આદુના રસ સાથે. **ઉપયોગ**–જ્વર, કોલેરા, વિષમ જ્વર, ઝાડા, સંગ્રહણી, રક્તવિકાર, પ્રમેહ, શૂળ, સુવાવડીની આંચકી, વાયુ વગેરે મટે છે. નાનાં બાળકોની આંચકી મટાડે તથા પીડાશામક છે.

સુવર્ણ વસન્તમાલતી

સુવર્ણ ભસ્મ અથવા સોનાના વરખ તો. ૧, સાચાં મોતીની પીષ્ટિ તો. ૨, શુદ્ધ હિંગળો અથવા રસસિંદુર તો. ૩, મરી તો. ૪, શુદ્ધ ખાપરીયું અથવા જસત ભસ્મ તો. ૮, **વિધિ**–ખરલમાં નાંખી માખણ તો. ૪ માં દિવસ ત્રણ મર્દન કરવું. બાદ કાગદી લીંબુનો રસ તેની અંદર નાંખતા જવું અને ઘૂંટયા કરવું, અને એ રીતે તેમાં માખણની ચીકાશ જણાય ત્યાં સુધી લીંબુના રસથી ઘૂંટવું. બાદ ઇચ્છા મુજબ ગોળી અથવા ટીકડી વાળી સૂકવી લેવી. જરૂર હોય તો ગોળીની ઉપર વરખ ચડાવી દેવા.

પ્રમાણ—૨ રતી. **અનુપાન**—મધ અને પીપર સાથે. **સમય**—સવાર-સાંજ. ઉપયોગ—જીર્ણ જ્વર, વિષમ જ્વર, ક્ષય, નબળાઇ, વગેરેમાં વપરાય છે. પ્રચલિત વસ્તુ છે. હૃદય અને મગજને તાકાત આપે છે. ધાતુક્ષીણતા તથા ક્ષય માટે ઉત્તમ છે.

સુવર્ણપર્પટી

શુદ્ધ પારદ તો. ૪, ગંધક તો. ૪, સોનાના વરખ તો. ૦ાા, મેળવી કજલી બનાવી લેવી. **વિધિ**—એક લોઢાની કડાઇમાં પ્રથમ જરા ઘી લગાડી તેમાં ઉપરની કજલી નાંખી ધીમે તાપે ગરમ કરી તે રસ જેવું થાય ત્યારે ગાયના છાણ ઉપર પાન સરખું મૂકી, તેના ઉપર પર્પટી ઢાળી, ઉપર બીજું પાન ઢાળી તે ઉપર છાણ વડે ઢાંકી દેવું. આ પ્રમાણે કર્યા પછી તે બે પાન વચ્ચે રહેલી પતરી જેવી પર્પટી લઇ ખરલમાં નાંખી, તેને ઘૂંટીને તે ઉપર બળદાણા તથા

શતાવરીની એકેક ભાવના આપી સૂકવી બાટલી ભરી રાખવી. **પ્રમાણ**—૧॥ થી ૩ રતીભાર. **અનુપાન**—માખણ કે મધ સાથે ચાટી જવી. **ઉપયોગ**—તમામ જાતની સંગ્રહણી, ઝાડા, મરડો, ક્ષય, ખાંસી, હરસ, નબળાઇ વગેરે મટે તેમજ શરીરને દઢ અને નિરોગી બનાવે.

હેમગર્ભપોટલી રસ

તામ્ર ભસ્મ તો. ૧, શુદ્ધ પારદ તો. ૧, શુદ્ધ ગંધક તો. ૧, સોનાના વરખ તો. ০॥, લોહ ભસ્મ તો. ০॥, રસસિંદુર તો. ০॥, ચાંદીની ભસ્મ તો. ০॥.

વિધિ—પ્રથમ બધી ચીજોને ખરલમાં નાંખી, ઘૂંટી, ઘેટીના દૂધમાં મર્દન કરી ત્રણ પટ આપવા અને પછી તેની યોગ્ય માત્રામાં સોગઠી બનાવી સુકવી લેવી. બરાબર સુકાઇ જાય ત્યારે તેની ઉપર નવું રેશમી કપડું દોરાથી મજબૂત બાંધી એક માટીના વાસણમાં લાકડીઓ ગંધક નાંખી દીવાના તાપ ઉપર ગરમ કરી તેમાં તે પોટલી ડુબે તેવી રીતે અરધો કલાક તાપ આપી બહાર કાઢી લઇ તરત જ કપડું જુદું કરી અંદરથી ગોળી કાઢી લઇ સહેજ ગરમ પાણીથી ધોઇ સાફ કરી રાખી મૂકવી. આ ગોળી એટલી સખત થઇ જાય છે કે હથોડી મારતાં પણ તુટશે નહિ. આને હિરણ્યગર્ભની માત્રા કહે છે. **ઉપયોગ**—ત્રિદોષ, મૂર્ચ્છા, બેભાન, શીતાંગ, ન્યુમોનીયા, નબળાઇ, શ્વાસ, કફ, શરદી, તાવ, દમ વગેરેમાં આમાંથી જરા પાણી સાથે ઘસી આપવાથી તાત્કાલિક, ચમત્કારિક રીતે ફાયદો કરે છે. **પ્રમાણ**—આશરે ઘઉં ભાર દવાનો ઘસારો એક વખત આપવો. જરૂર જણાય તો બે કલાક પછી બીજી વાર આપવું.

ત્રિભુવનકીર્તિ રસ

હિંગળો શુદ્ધ, વચ્છનાગ, શુદ્ધ, સૂંઠ, પીંપર, મરી, ફુલાવેલો ટંકણખાર. પીપરી મૂળ, દરેક તોલો એક એક લેવાં.

રીત—દરેક વસ્તુનું અલગ ચૂર્ણ બનાવી પ્રથમ એક ખરલમાં હિંગળો નાખી તેને ઘૂંટતા જવું અને તેમાં એકેક ચીજનું ચૂર્ણ નાંખતાં અને ઘૂંટતા જવું. જ્યારે બરાબર ઘુંટાઇ જાય ત્યારે તુલસીનેા રસ, ધતુરાના પાનનેા રસ, આદુનેા રસ એ દરેકની એકેક ભાવના જુદી જુદી આપી, ખરલમાં ઘૂંટીને તેની ચણેાઠી જેવડી ગેાળી વાળી સૂકવી ભરી લેવી.

પ્રમાણ—૨ થી ૪ ગેાળી. **સમય**—સ્હવાર, બપેાર અને સાંજ અથવા તેા ચાર ચાર કલાકે. **અનુપાન**—સુદર્શનના ફાંટ સાથે અથવા પાણી સાથે. **ઉપયેાગ**—પિત્તજ્વર, કફ કે વાયુનેા જ્વર તથા ચાલુ તમામ જાતના તાવમાં વપરાય છે અને સારેા ફાયદેા આપે છે. ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા તથા મુદતીયા તાવમાં પણ સારૂં કામ કરે છે.

કસ્તુર્યાદિ વટી

જાયફળ, જાવંત્રી, તજ, લવીંગ, સૂંઠ, પીંપર, મરી, અક્કલકરેા, અફીણ, કેસર એ દશ વસ્તુએા સમભાગે તથા એ દશ વસ્તુએા જો દશ તેાલા થાય તેા કસ્તુરી તેા. ૦। એટલે ત્રણ માસા લેવી.

રીત—પ્રથમની અફીણ સિવાયની નવ ચીજોનું બારીક ચૂર્ણ કરી લેવું અને તેમાં અલગ કસ્તુરી વાટી મેળવી લઇ પછી તેમાં અફીણનેા કસુંબેા નાંખી ઘૂંટી તેની મગના દાણા જેવડી ગેાળી બનાવવી. તેને સુકવી બાટલી ભરી રાખવી. **પ્રમાણ**—મેાટા માણસ માટે બેથી ચાર ગેાળી. બાળક માટે ૦। થી ૧ ગેાળી. **સમય**—સ્હવાર, બપેાર, સાંજ અથવા જરૂરત પ્રમાણે. **અનુપાન**—સ્હેજ ગરમ દૂધ કે ચહા સાથે. **ઉપયેાગ**—ખાંસી, શરદી, સળેખમ, બાળકનું ભરાઇ આવવું, ઝાડા, નબળાઇ, ધાતુસ્રાવ, દમ, શ્વાસ, અપચેા, સુસ્તી, દૂધનું ન પચવું વગેરેમાં વાપરી શકાય છે.

અમરસુંદર વટી

સૂંઠ, મરી, પીંપર, હરડે, બહેડાં, આંબળાં, પીપરીમૂળ, રેણુંક-બીજ, નગોડનાં બીજ, ચિત્રક, લોહ ભસ્મ, તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેસર, શુદ્ધ પારો, શુદ્ધ ગંધક, વાવડીંગ, અક્કલકરો, અને મોથ. તેના બારીક ચૂર્ણમાં બમણો ગોળ મેળવી, ચણા જેવડી ગોળી કરવી. **માત્રા**—ગોળી ૧ થી ૩. અપસ્માર, સન્નિપાત, દમ, ખાંસી, મૂળ વ્યાધિ, સર્વ જાતના વાતરોગ, ઉન્માદ વગેરે ઉપર કામ આપે છે.

કન્યા લોહાદિ ગુટીકા

એળીયો તો. ૧૦, હીરાકસી તો. ૭ા, તજ તો. ૫, એલચી તો. ૫, સૂંઠ તો. ૫, ગુલકંદ તો. ૨૦ મેળવી તેની ગોળી કરવી. માત્રા બે વાલ. ઋતુસ્રાવ બહુ થતો હોય, અનિયમિત ઋતુ આવતું હોય, ઘણી મુદતથી બંધ હોય તે બધાને સુધારે છે.

મહાયોગરાજ ગુગળ

સૂંઠ, પીંપર, ચવક, પીપરીમૂળ, ચિત્રકમૂળ, શેકેલી હીંગ, અજમોદ, ધોળા સરસવ, જીરૂ, શાહજીરૂ, નગોડનાં બીજ, ઇંદ્રજવ, કાળીપાટ, વાવડીંગ, ગજપીપર, કડુ, અતિવિષ, ભારંગમૂળ, વજ, મોરવેલ, એ દરેક તો. ૦ા, ત્રિફળાં (હરડાં, બેડાં, આંબળાં) તો. ૧૦, શુદ્ધ ગુગળ તો. ૩૦.

પ્રથમ સર્વ વસ્તુનું ચૂર્ણ કરવું. ગુગળને ઘીવાળો કરી ખાંડણીમાં પરાળથી ખૂબ કૂટવો. કૂટવાથી નરમ થાય તેમ તેમાં બીજું ચૂર્ણ ઉમેરવું. એવી રીતે બધું ચૂર્ણ મેળવવું અથવા ગુગળમાં થોડું પાણી નાંખી ઉકાળી ચૂર્ણ મેળવીને ગોળી વાળવી. આ લઘુ યોગરાજ થયો.

ઉપરની દવાઓ કાયમ રાખી તેની અંદર બંગ ભસ્મ, લોહ ભસ્મ, રૂપાની ભસ્મ, નાગ ભસ્મ (સીસાની), અભ્રક ભસ્મ, મંડુર અને રસસિંદુર દરેક તોલા ચાર ચાર નાંખવામાં આવે તો મહા યોગરાજ ગુગળ કહેવાય. લઘુ યોગરાજની ગોળી નાના ચણી બોર જેવડી વાળવી, જ્યારે મહા યોગરાજની ગોળી ચણાના દાણા જેવડી વાળવી. લઘુ યોગરાજનું પ્રમાણ ૨ થી ૪ ગોળી, મહા યોગરાજ ૧ થી ૩ ગોળી. લઘુ યોગરાજ પાણી સાથે, મહા યોગરાજ ઘી સાથે. આ ચમત્કારિક ઔષધ ૮૪ જાતના વાતવ્યાધિમાં વાપરી શકાય છે.

કાંચનાર ગુગળ

કાંચનાર વૃક્ષની છાલ તો. ૪૦, ત્રિફળાં તો. ૨૪, ત્રિકટુ તો. ૧૨, વરણાની છાલ તો. ૪, એલચી, તજ, તમાલપત્ર એકેક તોલો. એ પ્રમાણે સર્વનું ચૂર્ણ કરવું. ચૂર્ણની બરાબર શુદ્ધ ગુગળ રાખવો. ચૂર્ણ તથા ગુગળને પાણીમાં વાટીને અથવા ગુગળનો પાક કરી તેમાં ચૂર્ણ મેળવીને ગોળી વાળવી. **માત્રા**—તો. ૦। થી ૧. **અનુપાન**—પાણી અથવા કાંચનારની છાલનો ઉકાળો. ગંડમાળ, અપચી, અર્બુદ, ગ્રંથી, વ્રણ, ગુલ્મ, કુષ્ટ, ભગંદર ઉપર કામ આપે છે.

ગોક્ષુરાદિ ગુગળ

ગોખરૂ તો. ૧૧૨ તેને કુટીને છગણા પાણીમાં ઉકાળવાં. અર્ધું પાણી બાકી રહે તે ગાળી લઇ તેમાં શુદ્ધ ગુગળ તો. ૨૮ મેળવીને ઘૂંટવો. અને પછી તેમાં નીચેની ચીજોનું બારીક ચૂર્ણ નાંખવું: ત્રિકટુ, ત્રિફળાં તથા મોથ તે સાતે દ્રવ્યો ચાર ચાર તોલા. **માત્રા**—તોલો ૦।. **અનુપાન**—પાણી અથવા દરદ પ્રમાણે. પરમો, મૂત્રકૃચ્છ, પ્રદર, મૂત્રાઘાત, વાતરક્ત, પથરી, શુક્ર રોગ ઉપર અકસીર છે.

પથ્યાદિ ગુગળ

હરડે નંગ ૨૦૦, બહેડાં ૧૦૦, આંબળાં ૪૦૦ (દરેકના ઠળીયા કાઢી નાંખી, તેની છાલ સરખે વજને લેવાથી પણ ચાલે) એ

બધાંને અધકચરાં ખાંડી એક રાત ૧૦૨૪ તોલાભાર પાણીમાં પલાળી રાખી બીજે દિવસે અર્ધું પાણી બાકી રહે એટલે ઉકાળી, પાણી ગાળી લઇ ફરી વાર તે પાણીને ચૂલા ઉપર ચડાવવાનું અને અવલેહ જેવું ઘાટું થાય ત્યારે ઉતારી તેમાં શુદ્ધ ગુગળ તોલા ૬૪ અને વાવડીંગ, દંતીમૂળ, ત્રિફળાં, ગળો, પીંપર, નસોતર, સૂંઠ, મરી–એ દરેક તોલા બેનું ચૂર્ણ મેળવી ગોળીઓ કરવી. માત્રા તો. ૦। થી ૧।. ગ્રધ્રસી, ખંજતા (લંગડાપણું), બરલ, પાંડુ ઉપર.

અશોકારિષ્ટ

આશોપાલવની છાલ તોલા ૪૦ ને પાણી તોલા ૪૦૯૬ માં પકાવવી, ચતુર્થાંશ બાકી રહે ત્યારે પાણી ગાળી લઇ તેમાં ગોળ તો. ૪૦૦, ધાવડીનાં ફુલ તોલા ૬૪, શાહજીરૂ, મોથ, સૂંઠ, દારૂહળદર, કમળ, ત્રિફળાં, આંબાની ગોટલી, જીરૂ, અરગુસાની છાલ, સુખડ. એ સર્વ વસ્તુ દરેક તોલા ૪ નું ચૂર્ણ કરી મેળવવું. તે બધી ચીજો એક માટલામાં ભરી કપડમાટી કરી એક માસ રાખી મૂકવું, પછી ગાળી ઉપયોગમાં લેવું. માત્રા તોલા ૧ થી ૩. પ્રદર, શ્વેત પ્રદર જ્વર, રક્તપિત્ત, અર્શ, મંદાગ્નિ, અરૂચી, પ્રમેહ, સોજા વગેરે સ્ત્રીઓના તમામ રોગોને મટાડે છે.

કુમારિકાસવ

કુંવારનાં લાબરાંનો રસ (ગરમ) તોલા ૧૦૨૪, ગોળ તોલા ૪૦૦, હરડે તોલા ૧૦૦, પાણી તોલા ૧૦૨૪–એ સર્વને ઉકાળવું. ચોથા ભાગનું પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી લેવું. તેમાં મધ તોલા ૩૫૬, ધાવડીનાં ફુલ તોલા ૬૪, જાયફળ, લવીંગ, મરીચ, કંકોળ, ચણકબાબ, જટામાંસી, ચવક, ચિત્રક, જાવંત્રી, કાકડાસીંગ, બહેડાં, પુષ્કરમૂળ–એ દરેક તોલા ચારનું ચૂર્ણ, તથા તામ્ર ભસ્મ તોલા ૨, લોહ ભસ્મ તોલા ૨ નાંખી માટીના રીઢા વાસણમાં ભરી રાખી મ્હોં બંધ કરી ૨૦ દિવસ જમીનમાં અથવા અનાજના ઢગલામાં રાખવું.

પછી ગાળી લઇ ઉપયોગમાં લેવું, માત્રા તો. ૨ થી ૪. સ્ત્રીઓનો રક્ત ગુલ્મ, પાંચ પ્રકારની ખાંસી, શ્વાસ, ક્ષય, ઉદર રોગ, અર્શ, વાતવ્યાધિ, અપસ્માર, મંદાગ્નિ, કોઠાનું શૂળ, ગુલ્મ, બરલ મટે છે.

દ્રાક્ષાસવ

દ્રાક્ષ તોલા ૪૦૦ ને પાણી તોલા ૧૮૯૨ માં ઉકાળી ચતુર્થાંશ પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી લઇ ઠંડું થયા પછી મધ તોલા ૧૦૦, ખડી સાકર તોલા ૧૦૦, ધાવડીનાં ફુલ તોલા ૬૦ અને કંકોળ, લવીંગ, જાયફળ, તજ, એલચી, તમાલપત્ર, નાગકેસર, પીંપર, ચવક, ચિત્રક, પીપરીમૂળ, ખડસલીયો પિત્તપાપડો દરેક તોલા ૪ લઇ તેનું ચૂર્ણ કરી મેળવી ઘીના રીઢા વાસણમાં સુખડ તથા કપુર વગેરેનો ધૂપ દઇ તેમાં દ્રાક્ષાસવ નાંખીને તે વાસણ બે માસ સુધી તડકે રાખી મૂકવું. ત્યારપછી ગાળી ઉપયોગમાં લેવો. માત્રા તોલા ૧ થી ૪. ખાંસી, શ્વાસ, ઉરૂક્ષત, મંદાગ્નિ, સંગ્રહણી, અર્શ, ગુલ્મ, ઉદર, કૃમી, કુષ્ટરોગ, વ્રણ, નેત્ર તથા શિરારોગ, જ્વર, આમ, અજીર્ણ, પાંડુ વગેરે મટે છે.

અમૃત હરિતકી

શતાવરી, ભાંગરો, સાટોડી, કાંટાશેરીઓ, એ દરેક તોલા ૨૮ લઇ ખાંડી ચારગણા પાણીમાં ક્વાથ કરવો. ચતુર્થાંશ બાકી રહે ત્યારે ગાળી લઇ તેમાં મોટી હરડે તોલા ૧૪૪૦ તથા દુધ તોલા ૧૨૦ નાંખી પકાવવી. પછી હરડે બહાર કાઢી તેને ચીરી ઠળીયા કાઢીને રાખવી. પારો તોલા ૨૪ તથા ગંધક તોલા ૨૪ એક લોઢાના વાસણમાં તપાવી કજલી કરવી. તે કજલીમાં ગળોનું સત્ત્વ તો. ૨૮ મેળવી તેની મધમાં ગોળીઓ નંગ ૩૬૦ વાળવી. તે ગોળીઓ એકેક હરડેમાં ભરવી. પછી સુતરથી બાંધી દઇ તે હરડેને મધમાં બુડાડી મૂકવી. માત્રા—હરડે ૧. શુષ્ક પાંડુને મટાડે છે.

ચ્યવન પ્રાશાવલેહ

દશમૂળ (નંગ ૨૫૦), કાકડાશીંગી, ખપાટ, આંબળા, જીવંતી (ખરખોડી), પુષ્કરમૂળ (કઠ), દ્રાક્ષ, હરડે, ગળો, મેદા, ચંદન, અગર, પદમક, અતિબલા, નાગબલા, જીવક, તથા ઋષભક, મોથ, કાકોલી તથા ક્ષીરકાકોલી, વિદારી કંદ, એ સરવે ચાર ચાર તોલા લઇ તેને ખાંડીને તેમાં પાણી ૧૦૨૪ તોલા તથા લીલાં આંબળાં નંગ ૫૦૦ નાંખીનું ઉકાળવું. ચોથા ભાગનું પાણી રહે એટલે ઉતારી તે પાણી ગાળી લેવું. પછી તે પાણીને ફરી ઉકાળવું અને અવલેહ જેવું થયેથી ઉતારવું. બાફેલાં આંબળાંને ઘીમાં અથવા તેલમાં પકવવા અને ઠળીયા કાઢી નાંખી માવો કરવો. આ માવાની બરાબર સાકર મેળવવી તથા વાંસકપુર તોલા ૧૬, એક હજાર પીંપરનું ચૂર્ણ, અને તજ, એલચી, તમાલપત્ર બબ્બે તોલા–તે સર્વનું ચૂર્ણ. આ સર્વને ઉપલા અવલેહમાં મેળવવાં. આ અવલેહને ઘીના રીઢા વાસણમાં ભરી રાખવો. **માત્રા**—તોલા. ૨ થી ૪. **અનુપાન**—મધ/કિંવા દૂધ. આ અવલેહ રસાયન જેવો ગુણ કરે છે. ક્ષીણતા, ક્ષય, સ્વરભંગ, છાતીનાં દરદ, વીર્યદોષ, માથાનો રોગ, પીનસ, વંધ્યત્વ, નપુંસકપણું, વગેરે દરદોમાં ઘણો સારો ગુણ આપે છે.

વાસાવલેહ

અરડુશી તો. ૪૦૦ તથા પાણી તો ૩૨૦૦ મેળવી તેને ઉકાળવું. ચતુર્થાંશ પાણી બાકી રહે ત્યારે તેમાં હરડેનું ચૂર્ણ તોલા ૩૫૬ નાંખી ફરીથી ઘાટું થાય ત્યાં સુધી પકાવવું. પછી ઉતારી મધ તોલા ૩૩, વાંસકપુર તોલા ૮, પીંપર તોલા ૨, ચાતુર્જાત તોલા ૪ મેળવી માટીના વાસણમાં ભરી રાખવું. **માત્રા**—તોલા ૧ થી ૪. શ્વાસ, કાસ, ક્ષય, રક્તપિત્ત, કફ, હૃદયરોગ, વિદ્રથી, ઉરઃક્ષત, લોહીની ઉલટી વગેરે બંધ થાય છે.

ફૂલધૃત

હરડે, બહેડાં, આંબળાં, જેઠીમધ, ઉપલેટ હળદર, દારૂહળદર, કડુ, વાવડીંગ, પીંપર, મોથ, ઇંદ્રવારૂણીનાં મૂળ, કાયફળ, વજ, મેદા, મહામેદા, (તે ન મળે તો એ બેને બદલે કાકોલી અને ક્ષીર કાકોલી બમણી), આસંધ, ધોળી ઉપલસરી, કાળી ઉપલસરી, ધ્રઉંલા, વરીયાળી, હિંગ, રાસ્ના, સુખડ, રતાંજળી, જાઇનાં ફુલ, વાંસકપુર, કમળ, સાકર, અજમોદ, દાંતીમૂળ,–આ સર્વ વસ્તુ એકેક તોલો લઇ પાણીમાં વાટી ચટણી કરવી. પછી વાછડાવાળી એકવર્ણી ગાયનું ઘી તોલા ૬૫, ઘીથી ચારગણું ગાયનું દૂધ અને દૂધ જેટલું પાણી–એ સર્વ એકઠું ઉકાળી ઘી તૈયાર કરવું. **માત્રા**—તોલા ૨ થી ૪. પુરૂષો તેમજ સ્ત્રીઓને સેવવા લાયક. તેનાથી પુરૂષત્વ પ્રાપ્ત થાય છે, સ્ત્રીઓનો વંધ્યાદોષ દૂર થઇ સંતાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. જ્યારે મરેલાં તથા અધુરીયાં છોકરાં અવતરે છે તથા જન્મ્યા પછી જીવતાં નથી ત્યારે આ ઘીનું કેટલાક વખત સુધી સેવન કરવાથી સર્વ રોગ દૂર થઇ નિરોગી બાળક અવતરે છે.

બ્રાહ્મીઘૃત

બ્રાહ્મીનાં પાંદડાંનો રસ તોલા ૩૨, ઘી તોલા ૧૬, સુંઠ, મરી, પીંપર, હળદર, નસોતર, દાંતીમૂળ, શંખાવળી, ગરમાળો, વાવડીંગ એ દરેક તોલો ૦। લઇ ચટણી કરી બ્રાહ્મીના રસ તથા ઘીમાં મેળવી ઉકાળવું. ઘી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લેવું. **માત્રા**—તોલા ૩ થી ૪. અપસ્માર તથા ઉન્માદ મટાડે છે. અને યાદશક્તિને વધારે છે.

લાક્ષાદિ તેલ

બોરડી અથવા પીપળાની લાખ તોલા ૨૫૬, પાણી તેનાથી ચોગણું. મંદ અગ્નિથી ઉકાળી ચતુર્થાંશ બાકી (પાણી) રાખવું. તે ગાળીને તેમાં નીચેની વસ્તુઓ નાંખવી. તલનુ તેલ તોલા ૬૪, ગાયના

દહીંની છાશ અથવા આશ તોલા ૨૫૬, વરીયાળી, આસંધ, હળદર, દેવદાર, કડુ, રેણુકબીજ, મોરવેલ, કઠ, જેઠીમધ, સુખડ, નાગરમોથ, રાસ્ના, એ દરેક તોલો ૧. તેનું ચૂર્ણ કરવું. એ ચૂર્ણ નાંખી પછી મંદ અગ્નિથી તેલ પકાવવું. આ તેલ શરીરે મર્દન કરવાથી સર્વ વિષમજ્વર, શ્વાસ, કાસ, સળેખમ, કમર તથા પીઠનું શૂળ, વાતપિત્તનો કોપ, વાઇ, ઉન્માદ, ક્ષય, ભૂતબાધા, ખરજ, અંગની દુર્ગંધ વગેરે દરદો મટે છે. ગર્ભિણી સ્ત્રી આ તેલ નિત્ય શરીરે ચોળે તો ગર્ભ પુષ્ટ થાય.

પંચગુણુ તેલ

હરડેછાલ, બહેડાંછાલ, આંબળાંની છાલ, એ ત્રણે પાંચ પાંચ તોલા મળી કુલ પંદર તોલા તથા લીંબડાનાં પાન તોલા ૩૦, નગોડનાં પાન તોલા ૧૫ લઇ પાણી તોલા ૪૦૦માં તેનો કવાથ કરવો. જ્યારે તેમાંથી પાણી તોલા ૧૦૦ બાકી રહે ત્યારે ઉતારી લઇ ગાળી લેવું અને તેમાં નીચેની ચીજો નાંખી ફરી પાક કરવો. ગુગળ તો. ૫, સેલારસ તો. ૫, ગંધબેરજો તો. ૫, રાળ તો. ૫, મીણ દેશી તો. ૫. તલનું તેલ તો. ૬. આ ચીજો નાંખી મોટા વાસણમાં ધીમે તાપે પાક કરી, પાણી બળી જાય-ફીણ આવતું બંધ થાય, જ્યારે માત્ર તેલ રહેલું દેખાય ત્યારે ગાળી લેવું. તેમાં કપુર તોલા ૫ નાંખી દેવું. પછી બાટલીમાં ભરીને રાખવું. ઉપયોગ–કાનનું દરદ, કાનમાંથી રસી આવવી, વ્રણ, નાડીવ્રણ, ધારૂં, પરૂવાળાં, ચાઠાં, નાની નાની ફોડકીઓ, ચેપવાળાં ગુમડાં વગેરેમાં આ તેલ સારો અને સિદ્ધ ઉપાય છે. જરૂર મુજબ ટીપાં નાંખવાં અથવા વાટ ભરી નાંખવી કે રૂનું પુમડું લગાડવું જેથી ઉપરનાં દરદો મટે છે.

જાત્યાદિ ઘૃત

બનાવટ—જાઇનાં પાન, કડવા લીંબડાનાં પાન, પટોલપત્ર, હળદર, દારૂહળદર, મજીઠ, જેઠીમધ, મીણ, કરંજનાં બીજ, વાળો, અનંતમૂળ, મોરથુથુ, એ સર્વને કૂટી પાણીમાં વાટી લુગદી બનાવી

લેવી. ઉપરની દરેક દવા એકેક તોલાના વજને લેવી. પછી તે માટે એક લોઢાની કડાઇમાં જૂનું ઘી તોલા બાવન લઇ ગરમ કરી તેમાં ઉપરની લુગદી નાંખી, ધીમે તાપે પકવવી. જ્યારે ઘી દવાઓના લીધે લીલું થઇ જાય અને ઓસડીઆનું સત્ત્વ બરાબર આવી જાય ત્યારે ઉતારી, ગાળી, ઠંડું થાય કે બાટલી ભરી રાખવી. **વાપરવાની રીત**—નાડીવ્રણ વગેરેમાં વાટ બોળીને કે મલમના રૂપે લગાડી પાટો બાંધવો. **ઉપયોગ**—જૂનાં નાડીવ્રણ, વ્રણ, મોટાં ધારાં, ગંભીર વ્રણ, દુષ્ટ વ્રણ, ચાઠાં વગેરે મટાડવા માટે આ દવા અનુભવીઓમાં બહુ વખણાય છે. તેમ જ સારો ફાયદો બતાવે છે.

દશાંગ લેપ

બનાવટ—સરસડાની છાલ, તગર, જેઠીમધ, રતાંજળી, જટામાંસી, હળદર, કઠ, વાળો, એલચી, એ સર્વ ચીજો સમભાગે લઇ ચૂર્ણ કરી તેને જરા ઘીનો કરમો આપી બાટલી ભરી રાખવી.

વાપરવાની રીત—જરૂર જણાય ત્યારે એક પત્થર ઉપર લેપનો ભૂકો મુકી ગુલાબજળ નાંખી વાટી લેપ જેવું બનાવી, જરૂર પ્રમાણે જાડો લેપ લગાડી ઉપર એક પાન મૂકી પાટો બાંધી દેવો, ગુલાબજળ ન મળે તો પાણી પણ ચાલે. **ઉપયોગ**—ગરમીથી થતાં ગડગુમડ, સોજો, દાહ, રતવા, ઉંદરવા, ઝેરી પ્રાણીઓના ડંખથી થતો સોજો, વનસ્પતિના ઝેરથી થતો સોજો તથા દાહ–બળતરા વગેરે એકદમ મટી જાય છે.

દોષઘ્ન લેપ

બનાવટ—સરગવાની છાલ, સુંઠ, સરસવ, દેવદાર, સાટોડીનાં મૂળ, એ સરવે સમભાગે લઇ ચૂર્ણ કરી ચાળી લઇ બાટલી ભરી રાખવી. **વાપરવાની રીત**—ખાટી છાશમાં, પાણીમાં કે દહીંના પાણીમાં આ લેપને પત્થર પર વાટી જાડો લેપ લગાડી

ઉપર કોઇ પાન મૂકી પાટો બાંધી દેવો. **ઉપયોગ**—વાયુથી, કિંવા કફથી થતો કોઇ પણ જાતનો સોજો, વ્રણનો સોજો, ગાંઠ, રસોળી, ગુમડાં વગેરેને પકવીને ફોડી નાંખે છે અને સોજો ઉતારે છે

મહા સુદર્શન ચૂર્ણ

બનાવટ—હરડે, બહેડાં, આંબળાં, હળદર, દારૂહળદર, ભોરીંગણી, ઉભી ભોરીંગણી, ખડસલીઓ, મોથ, ત્રાયમાણ, વાળો, નીંબછાલ, પુષ્કરમૂળ, જેઠીમધ, કડાછાલ, અજમોદ, ઇંદ્રજવ, ભારંગ મૂળ, સરગવાનાં બીજ, ફટકડી ફુલાવેલી, વજ, તજ, પદ્મક, સુખડ, અતિવિષ, સાલવણ, પીઠવણ, બળબીજ, વાવડીંગ તગર, ચિત્રક, દેવદાર, ચવક પટોળ, લવીંગ, વંશલોચન, કમળકાકડી, તમાલપત્ર, જાવંત્રી, તાલીસપત્ર, સૂંઠ, મરી, પીંપર, પીપરીમૂળ, ગળો, મોરવેલ, ધમાસો, કડુ, કચુરો, એ દરેક એકેક તોલો તથા તે સર્વના વજનથી અરધા વજને કરીયાતુ લેવું અને તેનું બારીક ચૂર્ણ કરી બાટલી ભરી રાખવી **પ્રમાણ**—૪ થી ૮ વાલ સુધી દિવસમાં ત્રણ વખત. **અનુપાન**—સ્વચ્છ પાણી. **ઉપયોગ**—દરેક જાતના તાવ, ત્રિદોષ, જ્વર, અજીર્ણ, જીર્ણજ્વર, મંદાગ્નિ, જુનો ટાઢીઓ તાવ, વગેરે દરેક જાતના તાવમાં અકસીર ઉપાય છે.

સૂચના—ફાકી તરીકે ન લેતાં સરળ રૂપમાં લેવું હોય તો પાણી તોલા ૧૦ ગરમ કરી તેમાં સુદર્શન ચૂર્ણ તો. ૧ નાંખી ઉકાળતાં પાંચ તોલા રહે ત્યારે ઉતારી, ગાળી, તેના બે ભાગ કરવા. બીજી દવા સાથે અથવા એકલું આ પ્રવાહી લેવાથી વધારે અનુકૂળ થઇ પડે છે અને તરત જ ફાયદો આપે છે.

લવણ ભાસ્કર ચૂર્ણ

બનાવટ—મીઠું તોલા ૮, સંચળ તોલા ૫, બીડલવણ, સિંધવ, ધાણા, પીંપર, પીંપરીમૂળ, શાહજીરૂ, તમાલપત્ર, નાગકેસર, તાલીસ-

પત્ર અને અમલવેતસ-એ દરેક એકેક તોલો, તજ, એલચી, એ અરધો તોલો લેવાં. સર્વેને ખાંડીને ચૂર્ણ કરી ચાળી બાટલી ભરી રાખવી. **પ્રમાણ**—એથી ચાર આનીભાર લેવું. **સમય**—જમ્યા પહેલાં, જમવા સાથે કે જમ્યા પછી. **અનુપાન**—સ્વચ્છ પાણી, છાશ કે દહીંનું પાણી. **ઉપયોગ**—મંદાગ્નિ, અરૂચી, આમવાયુ, અજીર્ણ, ઝાડા, વાયુ, શૂળ, અમ્બપિત્ત, સંગ્રહણી, બરલ, સોજા, હરસ, કબજીયાત, ખાંસી, આમવાત વગેરે મટે છે.

શૃંગ્યાદિ ચૂર્ણ

બનાવટ—અતિવિષ, પીંપર, કાકડાશીંગી. **બનાવવાની રીત**—દરેક વસ્તુનું ચૂર્ણ કરી કપડે ચાળી બાટલીમાં મેળવીને રાખી દેવું. **પ્રમાણ**—વાલ ૧ સુધી. **સમય**—દિવસમાં ત્રણ વખત સવાર બપોર અને સાંજ. **અનુપાન**—મધ અથવા માતાનું દૂધ. **ઉપયોગ**—બાળકોનો તાવ, ખાંસી, ઝાડો, કબજીયાત, શરદી, વાયુ, ચૂંક, વગેરે મટાડે છે. આને કેટલાક વૈદ્યો બાળદવાના નામથી ઓળખે છે.

સ્વાદિષ્ટ વિરેચન

બનાવટ—શુદ્ધ ગંધક તો. ૨ાા, જેઠીમધ તો. ૨ાા, સાકર તો. ૧૫, વરીયાળી તો. ૭ાા, મીંઢીઆવળ તો. ૭ાા **બનાવવાની રીત**—દરેક વસ્તુનું પ્રથમથી બારીક ચૂર્ણ જુદું જુદું બનાવી લઇ અને પછી ખરલમાં ગંધક નાંખી તેમાં એકેક વસ્તુ નાંખતા જવું અને મેળવતાં જવું. બધી વસ્તુઓ બરાબર મળી જાય ત્યારે બાટલી ભરી રાખી મૂકવી. **પ્રમાણ**—૦ા થી ૦ાા તોલા સુધી. **સમય**—જરૂર જણાય ત્યારે અથવા તો રાત્રે સૂતી વખતે. **અનુપાન**—નવશેકું કે સાદું પાણી, **ઉપયોગ**—લોહીવિકાર, હરસ, કબજીયાત, મરડો, ખસ, ખોટી ગરમી વગેરેમાં મળશુદ્ધિની જ્યાં જરૂર જણાય ત્યાં આ સાદા જુલાબ તરીકે મીઠી ફાકીના નામથી છુટથી વૈદ્યો વાપરે છે. તેનાથી એક કે બે વખત સાફ દસ્ત આવે છે.

શિતોપ્લાદિ ચૂર્ણ

બનાવટ—તજ તો. ૧, એલચી તો. ૨. પીંપર તો ૪, વંશ-લોચન તો. ૮, સાકર તોલા **૧૬. રીત**—દરેક વસ્તુને જુદી જુદી ખાંડી સાથે મેળવી કપડે ચાળી બાટલી ભરી રાખવી. **પ્રમાણ**—વાલ ૪ (બેઆની ભાર) **અનુપાન**—મધ, ઘી, કે દુધ સાથે. **સમય**—સ્હવાર સાંજ બે વખત અથવા મરજી મુજબ. **ઉપયોગ**—ખાંસી, તાવ, જીર્ણજ્વર, રક્તપિત્ત, ખાંસીમાં પડતું લોહી, ઉરૂક્ષત, ક્ષય, બાળકોની નબળાઇ, ગળાનો વરમ, ક્ષીણતા, શરદી વગેરે દરદોમાં છુટથી વપરાય છે. ખાંસીને માટે અકસીર દવા છે.

હિંગાષ્ટક ચૂર્ણ

બનાવટ—સુંઠ તો. ૧, મરી તો. ૧, પીંપર તો. ૧, સિંધવ તો. ૧, જીરૂં તો. ૧, શાહજીરૂ તો. **૧**, અજમોદ તો. ૧, શોધેલી ઉત્તમ હીંગ તો. ०।, (અથવા ચાલુ બજારી હીંગ તો. ૧,), **રીત**—પ્રથમ દરેક વસ્તુને ખાંડી ચૂર્ણ કરી કપડે ચાળી બાટલી ભરી રાખવી. અથવા બની શકે તો લીંબુના રસમાં ઘુંટી સુકવી ચાળીને બાટલી ભરી લેવી. **પ્રમાણ**—વાલ ૪ થી ૮ સુધી. **સમય**—ભોજન વખતે અથવા સ્હવારસાંજ કે જરૂરત પ્રમાણે મરજી મુજબ. **અનુપાન**—ઘી સાથે અથવા સ્વચ્છ પાણી સાથે. **ઉપયોગ**—વાયુ, મોળ, આફરો, ચૂંક, અજીર્ણ, અરૂચી, પેટનો દુઃખાવો, કબજીઆત, ઝાડા, કોલેરા, મંદાગ્નિ વગેરે મટી ભૂખ લાગે તથા પેટ સાફ રહે, ઝાડો બંધાઇને આવે છે.

અભયાદિ કવાથ

હરડે, નાગરમોથ, ધાણાં, રતાંજલી, પદમક, અરડુશીનાં પાન, ઇંદ્રજવ, વાળો, ગળો, ગરમાળાનો ગોળ, કાળીપાટ, સુંઠ, કડુ.

વિધિ—સરખા વજને લઇ ખાંડી જાડી ચારણીએ ચાળી ભુકો કરવો. બશેર પાણીમાં અઢી રૂપીયાભાર ક્વાથ ઉકાળી પાંચ તોલા બાકી રહેતાં ગાળી પી જવો. **અનુપાન**—પીંપરનું ચૂર્ણ વાલ ૧.

ગુણ—ત્રિદોષ જ્વર, તરસ, દાહ, અણઉતાર તાવ, તંદ્રા, ઘેન, વિષમ જ્વરમાં આપવાથી ઘણું સારૂં કામ કરે છે. આ ઉકાળો દીપન, પાચન છે અને મળ, મૂત્ર, વાયુ, ઝાડાનો ક્બજો અને અરૂચીનો નાશ કરે છે.

દશમૂળાદિ ક્વાથ

શાલવણ મૂળ, પીઠવણ મૂળ, બેઠી તથા ઉભી ભોરીંગણીનાં મૂળ, ગોખરૂનાં મૂળ, બીલીનાં મૂળ, અરણીનાં મૂળ, અરડુસીનાં મૂળ, શીવણનાં મૂળ, પાટલાનાં મૂળ, **અનુપાન**—પીપરનું ચૂર્ણ.

ગુણ—વાત-કફ જ્વર, સન્નિપાત જ્વર, સુવાવડી સ્ત્રીઓના તાવ, ખાંસી, અને સર્વ વિકારોમાં ઘણું સારૂં કામ કરે છે. **બનાવટ**—અભયાદિ ક્વાથ પ્રમાણે બનાવવો.

દેવદાર્વ્યાદિ ક્વાથ

દેવદાર, વજ, કઠ, પીંપર, સુંઠ, કાયફળ, મોથ, કરીયાતું, ધાણા, કડુ, હીમેજ, ગજપીંપર, બેઠી ભોરીંગણી, ગોખરૂ, ધમાસો, મોટી ભોરીંગણી, અતિવિષ, ગળો, કાકડાશીંગી, શાહજીરૂ, બધાં સરખા વજને લઇ, ખાંડી રાખી મૂકવો. **બનાવટ**—અભયાદિ ક્વાથ પ્રમાણે. **ગુણ**—સુવાવડી સ્ત્રીઓને દશમા વાસાથી અપાય છે. અત્યંત ઉપયોગી છે. સુવારોગ, પેટનું શૂળ, ખાંસી, તાવ, શ્વાસ, મુર્ચ્છા, મસ્તકશૂળ, કંપવાયુ, પશ્નમતાણ વગેરે સુવાવડમાં અને સુવાવડ પછી થયેલા વ્યાધિમાં આ દેવદાર્વ્યાદિ ક્વાથ અથવા આની સાથે દશમૂળાદિ મેળવી આપવાથી ચમત્કાર જેવું કામ કરે છે.

પુનર્નવાદિ ક્વાથ

સાટોડીના મૂળ, દારૂહળદર, હળદર, સુંઠ, હીમેજ, ગળો ચિત્રક-મૂળ, ભારંગમુળ, દેવદાર, સરખા વજને લઇ ક્વાથ કરવો. વિધિ-અભયાદિ ક્વાથ પ્રમાણે. ગુણ-ક્રોધ પણ કારણથી હાથ, પગ, પેટ ઉપર આવેલો સોજો ઉતારે છે.

મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ

મજીઠ, નાગરમોથ કડાછાલ, ગળો, કઠ, સુંઠ, ભારંગમુળ, ભોરીંગણી, વજ, લીંબડાની છાલ હળદર, દારૂ હળદર ત્રીફળાં, પટોલ, કડુ, મોરવેલ, વાવડીંગ, બીયો, ચિત્રકમુળ, શતાવરી, ત્રાયમાણ, પીંપર, ઇંદ્રજવ, અરડુસીનાં પાન, ભાંગરો, દેવદાર, કાળીપાટ, ખેરસાર, રતાંજલી, નસોતર, વરણો, કરીયાતું, બાવચી, ગરમાળાનો ગોળ, સાગની છાલ, અતિવિષ, વાળો, ઇંદ્રવરણાંનાં મૂળ, ધમાસો, ઉપલસારી. ખડસલીગો. બધાં સરખે વજને ખાંડી રાખવાં. રીતસર ઉકાળો કરવો.

અનુપાન-પીંપરનું ચૂર્ણ તથા ગુગળ, ગુણ-અઢાર પ્રકારનો કુષ્ટ. (ચામડીનાં રોગ), વાતરક્ત, અડદીયો વા, ઉપદંશ, પક્ષઘાત તથા મેદ રોગમાં છુટથી વપરાય છે. શ્રદ્ધા રાખી સેવન કરવામાં આવે તો ઘણા જૂના ચામડીના વ્યાધિઓ સારા થાય છે.

મહારાસ્નાદિ ક્વાથ

રાસ્ના, ધમાસો, બલા, એરંડાના મૂળ, દેવદાર, કચોરો, વજ, અરડુસીનાં પાન, સુંઠ, હરડે, ચવક, નાગરમોથ, સાટોડી, ગળો, વર-ધારો, વરીયાળી, ગોખરૂ, આસંધ, અતિવિષ, ગરમાળાનો ગોળ, શતાવરી, પીંપર, કાંટાશેરીયાનાં મૂળ, ધાણા, બે જાતની ભોરીં-ગણી, બધી વસ્તુ સરખા વજને લેવી. માત્ર રાસ્ના બીજી વસ્તુ કરતાં ચારગણી લેવી. અનુપાન—સુંઠનું ચુર્ણ અથવા મહા યોગરાજ ગુગળ સાથે.

દવાનાં તોલ માપની સમજણ

૧૨ સર્ષ	બરાબર	૧ જવ
૨ જવ	,,	૧ રતી
૩ રતી	,,	૧ વાલ
૩ વાલ	,,	૧ માસો
૫ માસા	,,	૧ ટાંક શાણ
૧ ટાંક	,,	૧ ગદીયાણો (અરધો તોલો)
૨ ટાંક	,,	૧ તોલો
૪ વાલ	,,	૧ આનીભાર
૮ વાલ	,,	૧ પાવલીભાર
૧૬ વાલ	,,	૦ાા રૂપીઆભાર
૩૨ વાલ	,,	૧ રૂપીઆભાર
૪૦ રૂપીયાભાર	,,	૧ શેર (ગુજરાતી)